ANALISIS SURAH AL-BAQARAH AYAT 155-156: MENYIKAPI KESEDIHAN EKONOMI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

ARTIKEL SKRIPSI

Oleh:
Tri Ageng Malika
NIM : 212104010057

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2026

ANALISIS SURAH AL-BAQARAH AYAT 155-156: MENYIKAPI KESEDIHAN EKONOMI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag.)
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Oleh:
Tri Ageng Malika
NIM : 212104010057

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2026

ANALISIS SURAH AL-BAQARAH AYAT 155-156: MENYIKAPI KESEDIHAN EKONOMI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuludin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al – Qur'an dan Tafsir

Oleh:
Tri Ageng Malika
NIM : 212104010057

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Disetujui Pembimbing



Prof. Dr. H. Faisol Nasar Bin Madi, MA.
NIP. 195808021995031001

ANALISIS SURAH AL-BAQARAH AYAT 155-156: MENYIKAPI KESEDIHAN EKONOMI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuludin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al – Qur'an dan Tafsir

Hari: Selasa
Tanggal: 30 Juni 2026

Tim Penguji

Ketua	Sekertaris
Dr. Maksud , S.Ag., M.Si	**Ibanah Suhrowardiyah Shiam Mubarokah, S.Th.I., M.A.**
NIP. 197402101998031001	**NIP. 198006232023212018**

Anggota:

1. Dr. Mohamad Barmawi, S.Th.I., M.Hum. ( )
2. Prof. Dr. H. Faisol Nasar Bin Madi, M.A. ( )

Menyetujui

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora

Prof. Dr. H. Ahidul Asror M. Ag
NIP. 197406062000031003

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوْعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْاَمْوَالِ وَالْاَنْفُسِ وَالثَّمَرٰتِ ۗ وَبَشِّرِ الصّٰبِرِيْنَ

"Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar**.**" (QS. Al-Baqarah [2]: 155)[1]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[1] Kementerian Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya, 23.

PERSEMBAHAN

Sebagai wujud rasa syukur atas nikmat tak terhingga yang telah dilimpahkan Allah Swt, pertama saya ucapkan Alhamdulillahi Rabbil 'Alamin. Kedua kalinya, sebagai wujud syukur dan juga terima kasih atas perjuangan kedua orang tua, saya ucapkan Allahumma Salli 'ala sayyidina Muhammad.

Sebagai insan yang lemah, dengan penuh kesadaran saya mengakui tidak akan bisa sampai di titik ini tanpa adanya orang-orang hebat penuh keikhlasan yang telah memberikan dukungan. Oleh karenanya, dengan penuh ketulusan saya ucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibunda tercinta yaitu Ibu Mulyana yang senantiasa memberikan kasih sayang penuh, memberikan pendidikan yang tidak bisa dicari di bangku formal dan memberikan pondasi utama dalam proses pembelajaran. Semoga Allah Swt senantiasa memberikan kesehatan, keberkahan, dan umur panjang kepada beliau. Semangat beliau yang tak pernah pudar senantiasa menjadi sumber motivasi saya untuk bisa menyelesaikan perkuliahan ini.
2. Suami tercinta saya yaitu Zaenal Arifin yang telah mengajari dan membimbing layaknya pendamping hidup terbaik, memberikan dukungan baik berupa material maupun non material yang merupakan pondasi utama dalam proses pembelajaran.
3. Kakak perempuan terhebat saya yaitu Sri Devi Permatasari yang selama ini memberikan dukungan, semangat, motivasi, dan selalu ada dalam setiap suka maupun duka serta selalu memberikan kasih sayangnya tanpa mengenal kata pamrih.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

4. Seluruh guru-guru tercinta yang selama ini memberikan dukungan dan ilmunya tanpa rasa pamrih beserta banyaknya dorongan dan motivasi.
5. Seluruh teman-teman seperjuangan yang juga pernah memberikan dukungan, namun tidak bisa disebutkan satu persatu.
6. Semua pihak-pihak lainnya yang juga pernah memberikan dukungan, namun tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah Swt yang akan membalas semua kebaikan dan sebagai wujud rasa syukur dan tanda terima kasih, saya persembahkan karya kecil sebagai tanda baktiku selama menuntut ilmu

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

ABSTRAK

Tri Ageng Malika, 2026**:** *Analisis Surah Al-Baqarah ayat 155-156: Menyikapi Kesedihan Ekonomi dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental.*

Kata kunci: Surah Al-Baqarah ayat 155-156, koping religius, kesehatan mental keluarga, Pargament.

Kehidupan modern menghadirkan tuntutan yang makin kompleks, dan stabilitas ekonomi menjadi salah satu kebutuhan paling mendasar bagi kesejahteraan manusia. Ketika keamanan finansial terancam, dampaknya menyebar ke berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental keluarga. Respons sosial yang dominan terhadap kesulitan ekonomi cenderung berfokus pada solusi material semata, sementara kebutuhan spiritual masyarakat Muslim dalam menghadapi tekanan tersebut sering kali terabaikan dalam layanan kesehatan mental kontemporer. Di tengah kesenjangan ini, Surah Al-Baqarah ayat 155-156 hadir sebagai teks yang relevan, karena menggambarkan keniscayaan ujian berupa kekurangan harta sebagai bagian dari cobaan yang pasti dihadapi setiap orang beriman.

Penelitian ini berupaya menjawab tiga persoalan pokok, yaitu 1) bagaimana Surah Al-Baqarah ayat 155-156 ditafsirkan dalam kitab Tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka, 2) bentuk-bentuk koping religius apa saja yang tercermin dalam ayat tersebut ketika menghadapi kesulitan ekonomi, dan 3) bagaimana pesan ayat ini dapat diimplementasikan sebagai solusi Islami untuk menjaga kesehatan mental keluarga.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kepustakaan kualitatif dengan dua kerangka analisis yang saling terintegrasi. Pertama, metode Tafsir Tahlili diterapkan untuk mengurai ayat 155-156 melalui penafsiran Buya Hamka. Kedua, Teori Penanganan Keagamaan dari Kenneth I. Pargament digunakan sebagai lensa psikologis untuk memetakan fungsi-fungsi koping religius yang terkandung dalam ayat tersebut. Data dikumpulkan melalui teknik dokumentasi dari sumber primer berupa kitab-kitab tafsir otoritatif dan dianalisis menggunakan analisis isi (content analysis) dalam dua fase, yaitu deskripsi tafsir tahlili dan analisis psikologis Pargament.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Surah Al-Baqarah 155-156 secara konsisten memvalidasi kesedihan sebagai respons spiritual yang sah terhadap keterbatasan materi, bukan tanda kelemahan iman. Analisis balaghah menemukan bahwa pemilihan kata "syay'in" berfungsi meringankan kesan ujian, sementara ucapan istirja' pada ayat 156 berfungsi sebagai mekanisme kendali dan penerimaan. Kelima fungsi koping religius Pargament, yaitu penciptaan makna, kendali, kenyamanan emosional, kedekatan sosial, dan transformasi hidup, seluruhnya teridentifikasi dalam struktur linguistik dan pesan teologis kedua ayat. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merumuskan lima prinsip solusi Islami bagi kesehatan mental keluarga, yaitu peringanan ujian dan validasi emosional, regulasi emosi melalui kalimat istirja', optimisme melalui kabar gembira, proporsionalitas beban dan kesabaran aktif, serta kesadaran kolektif dalam menghadapi ujian.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah swt, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat yang besar kepada peneliti, karena berkat kekuatan yang diberikan oleh Allah, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan lancar. Shalawat serta salam disampaikan kepada Nabi Muhammad saw juga memberikan kekuatan dan keberkahan, mempermudah peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penelitian ini dapat diselesaikan berkat dukungan berbagai pihak yang memberikan informasi, fasilitas yang memadai, serta pelayanan yang baik. Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan semangat dan motivasi dalam menggali potensi diri selama di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, termasuk beberapa anggota civitas akademika di tingkat universitas, fakultas, jurusan, dan program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang berperan dalam penelitian ini, di antaranya:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Sahiron, M.Ag. selaku Rektor yang telah memberikan dukungan dan perlindungan dengan menyediakan fasilitas seperti infrastruktur jalan, perpustakaan, dan gedung perkuliahan. Serta menginspirasi untuk terus berkarya di dunia akademik.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora UIN KHAS Jember, Prof. Dr. H. Ahidul Asror, M.Ag., memberikan motivasi bahwa menjadi sosok yang berarti tidak lepas dari tanggung jawabnya dan selalu siap membantu mahasiswa yang membutuhkan.
3. Kepala Jurusan Studi Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora

UIN KHAS Jember, Dr. Win Usuluddin, M.Hum., yang memberikan dorongan dan semangat untuk terus belajar dan mengembangkan ilmu pengetahuan.

4. Koordinator program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir di UIN KHAS Jember, Abdullah Dardum, M.Th.I., yang memberikan pengajaran dengan penuh kesabaran juga komunikasi dengan lemah lembut pada proses pemberian pembelajaran yang mengarah kepada nilai moral.
5. Dosen pembimbing akademik, Ustadz Dr. H. Abdul Haris, M.Ag., S. Ag., yang telah membantu membimbing dan memberikan masukan saran, serta arahan dalam segala hal kepada peneliti.
6. Dosen pembimbing skripsi, Bapak Prof. Dr. H. Faisol Nasar Bin Madi, MA., yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Segenap dosen, pegawai, dan civitas akademik Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Humaniora UIN KHAS Jember, yang telah membantu dalam segala proses baik dari segi pelayanan maupun ilmu.

Akhirnya, semoga semua amal baik yang telah Bapak/Ibu berikan kepada peneliti mendapatkan balasan yang baik dari Allah swt.

Jember, 18 Mei 2026

Tri Ageng Malika
NIM: 212104010057

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB - INDO

Pedoman transliterasi Arab-Indonesia yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada pedoman yang diterbitkan oleh Perpustakaan Nasional Amerika Serikat (*Library of Congress*) sebagaimana tabel berikut

Awal	Tengah	Akhir	Sendiri	Latin/Indonesia
ا	ـا	ـا	ا	a / i / u
ب	بـ	ـب	ب	b
ت	تـ	ـت	ت	t
ث	ثـ	ـث	ث	th
ج	جـ	ـج	ج	j
ح	حـ	ـح	ح	ḥ
خ	خـ	ـخ	خ	kh
د	دـ	ـد	د	d
ذ	ذـ	ـذ	ذ	dh
ر	رـ	ـر	ر	r
ز	زـ	ـز	ز	z
س	سـ	ـس	س	s
ش	شـ	ـش	ش	sh
ص	صـ	ـص	ص	ṣ
ض	ضـ	ـض	ض	ḍ
ط	طـ	ـط	ط	ṭ
ظ	ظـ	ـظ	ظ	ẓ
ع	عـ	ـع	ع	‘
غ	غـ	ـغ	غ	gh
ف	فـ	ـف	ف	f
ق	قـ	ـق	ق	q
ك	كـ	ـك	ك	k

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

ل	ـل	ـلـ	ل	l
م	ـم	ـمـ	م	m
ن	ـن	ـنـ	ن	n
ه	ـه	ـهـ	ه	h
و	ـو	ـو	و	w
ي	ـي	ـيـ	ي	y

Untuk menunjukkan bunyi hidup panjang (*Madd*) caranya dengan menuliskan coretan horizontal (macron) di atas huruf ā (آ), ī (إي), ū (أو). Semua nama Arab dan istilah yang berasal dari bahasa Arab ditulis sesuai kaidah transliterasi. Selain itu, kata dan istilah yang berasal dari bahasa asing juga harus ditulis miring. Karena itu, kata dan istilah Arab terkena dua ketentuan tersebut, transliterasi dan cetak miring. Namun untuk nama diri, nama tempat dan kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia cukup ditransliterasikan saja

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**
MOTTO ..... **iv**
PERSEMBAHAN ..... **v**
ABSTRAK ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB - INDO ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xii**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
E. Definisi Istilah 7
F. Sistematika Pembahasan 7
BAB II **10**
KAJIAN PUSTAKA **10**
A. Penelitian Terdahulu 10
B. Kajian Teori 15
BAB III **23**
METODE PENELITIAN **23**
A. Jenis Penelitian 23
B. Sumber Data 23
C. Teknik Pengumpulan Data 25
D. Teknik Analisis Data 26
BAB IV **28**
HASIL DAN PEMBAHASAN **28**
A. Analisis Tahlili Surah Al-Baqarah ayat 155-156 28
B. Penafsiran Surah Al-Baqarah Ayat 155-156 menurut Buya Hamka dalam kitab tafsir Al- Azhar 45
C. Analisis dalam QS. Al-Baqarah ayat 155-156 Menggunakan Teori Penanganan Keagamaan Pargament 48
D. Implementasi Konsep sebagai Solusi Islami bagi Kesehatan Mental Keluarga ... 56
BAB V **62**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PENUTUP **62**
A. Kesimpulan 62
B. Saran 64
DAFTAR PUSTAKA **66**
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN **70**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan modern menghadirkan jalinan tuntutan yang semakin kompleks yang menguji ketangguhan individu maupun keluarga. Di antara banyak faktor yang membentuk kesejahteraan manusia adalah stabilitas ekonomi. Stabilitas ekonomi merupakan salah satu kebutuhan paling mendasar untuk kesejahteraan. Ketika keamanan finansial terancam, efeknya menyebar ke semua area hidup. Kondisi material, kesehatan mental, hubungan, dan kehidupan spiritual dapat terancam. Karena itu, hubungan antara kesulitan ekonomi dan kesehatan mental menjadi fokus penting dalam penelitian kontemporer.[2]

Dalam dua dekade terakhir, ekonomi global mengalami krisis berturut-turut: krisis keuangan 2008 dan pandemi COVID-19. Di negara berkembang seperti Indonesia, krisis ini menerjemahkan menjadi perjuangan nyata: pengangguran meningkat, inflasi melonjak, daya beli menurun. Keluarga dihadapkan pada pilihan yang sulit. Memahami bagaimana tekanan ekonomi mempengaruhi kesehatan mental adalah penting untuk memahami dampak global ini pada kehidupan keluarga. Di banyak negara berkembang, termasuk Indonesia, guncangan global ini berujung pada perjuangan pribadi yang mendalam: meningkatnya pengangguran, inflasi, dan penurunan daya beli memaksa keluarga untuk membuat pilihan yang semakin menyakitkan. Memahami hubungan antara tekanan ekonomi dan pengalaman kesehatan mental sangat penting dalam

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[2] H. I. McCubbin and J. M. Patterson, "The Family Stress Process," *Marriage and Family Review* 6, no. 1–2 (1983): 7–37

memahami bagaimana peristiwa global yang penuh tekanan dapat memengaruhi keluarga.[3]

Sejumlah penelitian empiris yang semakin banyak telah menunjukkan korelasi yang signifikan antara keterbatasan ekonomi dan prevalensi gangguan kesehatan mental. Studi menunjukkan bahwa kekhawatiran finansial yang lebih tinggi secara signifikan terkait dengan tingkat gangguan psikologis yang lebih tinggi, dengan hubungan ini lebih menonjol di kalangan pengangguran, rumah tangga berpenghasilan rendah, dan individu yang belum menikah. Dalam unit keluarga, korelasi ini sangat menonjol, karena tekanan ekonomi menimbulkan ketidakpastian kronis yang merusak rasa aman yang diperlukan untuk kesejahteraan emosional.[4]

Beban stres ekonomi menimpa orang tua dengan beban yang sangat berat. Kelelahan orang tua memiliki dampak yang sangat merugikan terhadap dinamika keluarga dan perkembangan emosional anak-anak, dan ekspektasi masyarakat terhadap peran orang tua serta tekanan untuk memenuhi kebutuhan anak merupakan faktor risiko utama. Kurangnya perhatian emosional dari orang tua membuat anak-anak merasa hal tersebut sebagai bentuk pengabaian.[5]

Dampak dari pengasuhan yang terganggu secara langsung memengaruhi jalur perkembangan anak-anak. Kesulitan ekonomi secara konsisten dikaitkan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[3] Derek Daniel Morgan et al., "Predicting Parental Mental Health During COVID-19: Economic Pressure, COVID-19 Stress, and Coping Strategies," *Frontiers in Psychology* 13 (2022): 909978, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909978

[4] Jinhyun Kim, "The Relationship Between Financial Worries and Psychological Distress Among U.S. Adults," *Journal of Family and Economic Issues* 43 (2022): 781–789, https://doi.org/10.1007/s10834-022-09820-9.

[5] Ligia Puşcaş et al., "Kelelahan Orang Tua: Kondisi Progresif yang Berpotensi Mengganggu Kesejahteraan Keluarga: Tinjauan Naratif," *Healthcare* 13, no. 13 (2025): 1603, https://doi.org/10.3390/healthcare13131603

dengan tingkat stres yang meningkat, masalah perilaku yang bertambah, kemampuan sosial yang berkurang, dan fungsi kognitif yang terganggu pada anak-anak dan remaja. Selain itu, penelitian neurosains menunjukkan bahwa stres ibu mungkin berperan dalam awetnya kemiskinan antar generasi, di mana tingkat kortisol yang tinggi pada ibu yang stres berdampak negatif pada perkembangan kognitif, perilaku, dan motorik anak-anak mereka.[6]

Meskipun konsekuensi psikologis dari kesulitan ekonomi telah didokumentasikan dengan baik, respons sosial yang dominan terhadap kesulitan keuangan tetap sangat praktis dan eksternal. Individu dan lembaga cenderung berfokus pada penciptaan pendapatan dan bantuan material sebagai solusi utama untuk kesulitan ekonomi. Penelitian kesehatan mental semakin menganggap agama dan spiritualitas penting dalam praktik terapeutik, namun banyak klien Muslim merasa layanan kesehatan mental saat ini tidak sesuai dengan kebutuhan spiritual mereka. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya integrasi sumber daya teologis ke dalam dukungan psikologis.[7]

Di dalam kesenjangan inilah Surah Al-Baqarah ayat 155-156 muncul sebagai teks yang sangat relevan. Ayat ini menggambarkan keniscayaan ujian bagi setiap orang yang beriman, termasuk didalamnya ujian kekurangan harta atau kesulitan ekonomi sebagai bagian dari cobaan hidup yang pasti datang. Kesedihan karena kekurangan harta itu adalah hal yang wajar. Al-Qur'an tidak mengabaikan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[6] Nicole Racine et al., "Dampak Krisis Ekonomi terhadap Kesehatan Mental Anak-anak dan Remaja: Tinjauan Sistematis," *Journal of Affective Disorders* (2025), https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.07.004.

[7] Zarina Adam and Colleen Ward, "Stress, Religious Coping and Wellbeing in Acculturating Muslims," *Journal of Muslim Mental Health* 10, no. 2 (2016), https://quod.lib.umich.edu/j/jmmh/10381607.0010.201

respons emosional ini. Sebaliknya, Al-Qur'an mengangkatnya sebagai gambaran kesedihan tulus yang berakar pada iman sejati.

Pentingnya penelitian ini terletak pada potensinya untuk menjembatani tafsir Al-Qur'an dan ilmu psikologi kesejahteraan psikologis kontemporer. Penelitian telah menunjukkan bahwa prinsip-prinsip Al-Qur'an seperti tawakal (berserah diri kepada Allah), zikir (mengingat Allah), sabar, dan bersyukur efektif dalam mendukung pengelolaan kondisi psikologis dan emosional individu, dan para ulama telah menekankan pentingnya menggabungkan ajaran spiritual dengan teknik psikologis modern untuk menciptakan pendekatan yang lebih holistik terhadap kesejahteraan mental. Dengan menerapkan metode Tafsir Tahlili pada ayat ini dan menganalisis isinya melalui Teori Penanganan Keagamaan (Religious Coping Theory) karya Pargament, penelitian ini bertujuan untuk merumuskan kerangka kerja yang berlandaskan teologi dan didukung secara psikologis untuk menangani kebutuhan kesehatan mental keluarga Muslim yang menghadapi kesulitan ekonomi.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Surah Al-Baqarah ayat 155-156 ditafsirkan dalam kitab tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka?
2. Bentuk-bentuk *koping religius* apa saja yang tercermin dalam Surah Al-Baqarah ayat 155-156 ketika menghadapi kesulitan ekonomi?
3. Bagaimana pesan Surah Al-Baqarah ayat 155-156 dapat diimplementasikan sebagai solusi Islami untuk menjaga kesehatan mental keluarga?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis makna Surah Al-Baqarah ayat 155-156 berdasarkan penafsiran dalam kitab tafsir Al- Azhar karya Buya Hamka.
2. Untuk mendeskripsikan mekanisme penanggulangan keagamaan yang tercermin dalam isi ayat tersebut.
3. Merumuskan strategi Islami yang dapat mengurangi dampak psikologis tekanan ekonomi terhadap kesehatan mental keluarga.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yang dapat dilihat dari segi teoritis dan praktis:

1. Manfaat Teoritis

   Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi dalam pengembangan khazanah keilmuan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, khususnya dalam kajian tematik yang membahas tentang cara menyikapi kesedihan ekonomi dan dampaknya terhadap kesehatan mental. Penelitian ini juga memperluas pemahaman terhadap relevansi nilai-nilai al-Qur'an dalam merespons fenomena sosial.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Peneliti

      1) Pengembangan Wawasan Spiritual dan Akademik: Penelitian ini memungkinkan peneliti untuk memahami pentingnya menghadapi kesulitan ekonomi dengan iman dan tawakkal sesuai ajaran Al-Qur'an, sehingga nantinya dapat diterapkan dalam kehidupan pribadi

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

maupun sosial.

2) Pengembangan Wawasan Akademik: Melalui penelitian ini, peneliti dapat meningkatkan kemampuan menganalisis secara kritis dalam mengkaji teks Al-Qur'an dan mengaitkannya dengan kesehatan mental.
3) Pembentukan Karakter dan Kematangan Emosional: Penelitian ini melatih para peneliti untuk menjadi lebih bijaksana, sabar, dan optimis dalam menghadapi tantangan hidup, khususnya yang berkaitan dengan permasalahan ekonomi sehingga mampu menjaga kestabilan mental.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi kampus UIN KHAS Jember terutama dalam kajian Analisis Penafsiran surah Al-Baqarah ayat 155-156 tentang menyikapi kesedihan ekonomi dan dampaknya terhadap kesehatan mental.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menghadapi kesulitan ekonomi dengan iman dan kesabaran sesuai dengan ajaran Al-Qur'an secara baik dan bertanggung jawab.

E. Definisi Istilah

1. Kesedihan Ekonomi

Kesedihan ekonomi dapat dipahami sebagai kondisi afektif yang muncul akibat tekanan finansial atau ketidakstabilan ekonomi yang dialami individu, yang dalam kajian psikologi sering dikaitkan dengan konsep *economic stress*, yaitu keadaan ketika faktor-faktor seperti keterbatasan pendapatan, utang, atau ketidakpastian pekerjaan menjadi sumber stres yang berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini juga mencerminkan pengalaman subjektif berupa perasaan tertekan, cemas, dan kehilangan kontrol terhadap kondisi ekonomi yang dihadapi.[8]

2. Kesehatan Mental

Kesehatan mental merujuk pada kondisi kesejahteraan psikologis yang memungkinkan individu untuk mengelola emosi, mempertahankan kestabilan batin, serta berfungsi secara adaptif dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Dalam perspektif ilmiah, kesehatan mental dipahami sebagai kapasitas individu dalam menjaga keseimbangan antara aspek kognitif, emosional, dan sosial, sehingga mampu merespons tekanan secara proporsional dan tetap menjalankan peran kehidupan secara efektif. [9]

F. Sistematika Pembahasan

Bab I: Pendahuluan

[8] Nasution dkk,. *Stres ekonomi dan kesehatan mental kalangan pekerja*. Jurnal Psikologi Poseidon, 8(1). 2024. https://doi.org/10.30649/jpp.v8i1.153

[9] Guan, N., Guariglia, A., Moore, P., Xu, F., & Al-Janabi, H. *Financial stress and depression in adults: A systematic review*. PLOS ONE, 17(2). 2022.

Bab ini memberikan gambaran umum mengenai fondasi dan arah penelitian. Isinya mencakup latar belakang masalah yang menjelaskan urgensi stabilitas ekonomi terhadap kesehatan mental keluarga. Bagian selanjutnya memuat fokus penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian baik secara teoritis maupun praktis. Bab ini ditutup dengan definisi istilah untuk memberikan batasan yang jelas mengenai konsep kesedihan ekonomi dan kesehatan mental yang diteliti.

Bab II: Kajian Pustaka Dan Landasan Teori

Bab ini memaparkan kerangka keilmuan yang menjadi pijakan riset. Bagian awal berisi telaah penelitian terdahulu yang relevan guna menunjukkan keaslian penelitian ini di antara studi tafsir dan psikologi lainnya. Selanjutnya, bab ini menguraikan landasan teori yang terdiri dari metodologi Tafsir Tahlili sebagai pisau analisis teks. Penjelasan teori kemudian dilanjutkan dengan pemaparan Teori Penanganan Keagamaan (*Religious Coping Theory*) dari Kenneth I. Pargament sebagai lensa analisis psikologis.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Bab III: Metodologi Penelitian

Bab ini menguraikan prosedur sistematis yang ditempuh dalam pelaksanaan penelitian. Penjelasan dimulai dari jenis penelitian yang menggunakan pendekatan kepustakaan kualitatif. Kemudian, dipaparkan mengenai sumber data primer yang berasal dari kitab-kitab tafsir otoritatif serta sumber data sekunder dari literatur akademik pendukung. Bab ini juga menjelaskan teknik pengumpulan data melalui dokumentasi serta teknik analisis

data menggunakan analisis isi (*content analysis*) yang terbagi dalam dua fase analisis.

Bab IV: Hasil Dan Pembahasan

Bab ini merupakan bagian inti penelitian yang berisi hasil analisis data untuk menjawab fokus masalah. Pembahasan diawali dengan analisis Tafsir Tahlili yang meliputi transliterasi, *asbab al-nuzul*, *munasabah*, analisis linguistik, serta sintesis pendapat mufassir kontemporer. Bagian selanjutnya berisi analisis psikologis menggunakan teori Pargament untuk memetakan fungsi koping dan klasifikasi strategi penanganan keagamaan dalam ayat tersebut. Bab ini diakhiri dengan perumusan strategi Islam praktis yang dapat diterapkan keluarga Muslim dalam menjaga kesehatan mental saat menghadapi kesulitan ekonomi.

Bab V: Penutup

Bab ini menyajikan rangkuman akhir dari seluruh rangkaian penelitian. Bagian penutup mencakup kesimpulan yang menjawab poin-poin fokus penelitian secara ringkas dan padat. Selain itu, bab ini memuat saran-saran yang ditujukan bagi pengembangan akademik lebih lanjut serta rekomendasi praktis bagi masyarakat dalam menyikapi tekanan ekonomi melalui perspektif Al-Qur'an.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Pertama, Artikel yang ditulis oleh Ikhwan Fuad dengan judul "Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits." Artikel jurnal ini mengeksplorasi konsep pemeliharaan kesehatan mental dari perspektif Al-Qur'an dan Hadis, mengidentifikasi prinsip-prinsip seperti kedamaian batin dan kedekatan spiritual dengan Allah sebagai inti dari kesejahteraan psikologis Islam. Studi ini menyediakan kerangka kerja psikologi Islam yang mendasar yang mendukung argumen penelitian ini mengenai solusi kesehatan mental berbasis Al-Qur'an. Perbedaannya adalah bahwa karya Fuad tetap berada pada tingkat Al- Qur'an yang umum, sedangkan studi ini mengkaji satu ayat tertentu (surah Al-Baqarah ayat 155-156) melalui lensa yang terfokus pada kesulitan ekonomi dan kesehatan mental keluarga.[10]

Kedua, penelitian oleh Abu-Raiya, Hisham, Ali Ayten, Mustafa Tekke, dan Qutaiba Agbaria Tentang *The Relationship Between Positive Religious Coping, Life Satisfaction, and Symptoms of Depression Among a Multinational Muslim Sample*. Studi ini menguji tingkat dan konsekuensi dari penanggulangan keagamaan positif di antara 706 mahasiswa Muslim dari tiga negara Muslim (Israel/Palestina, Turki, dan Malaysia), menemukan hubungan yang konsisten antara penanggulangan keagamaan positif, kepuasan hidup yang lebih tinggi, dan gejala depresi yang lebih rendah, sementara penanggulangan keagamaan negatif

[10] Ikhwan Fuad, "Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits," *Jurnal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (2016): 31–50, https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.245.

berkorelasi dengan hasil psikologis yang merugikan. Studi empiris ini memberikan dukungan langsung terhadap penggunaan Teori Penanganan Keagamaan Pargament di kalangan populasi Muslim. Studi ini memvalidasi kerangka teoretis penelitian ini dan menegaskan bahwa penanganan keagamaan Islam memiliki efek positif yang dapat diukur.[11]

Ketiga, artikel yang ditulis oleh Morgan dkk. dengan judul "*Predicting Parents' Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Economic Pressure, COVID-19-Related Stress, and Coping Strategies* ."Studi longitudinal terhadap 198 orang tua remaja ini menemukan bahwasanya tekanan ekonomi memiliki keterkaitan dengan memburuknya kesehatan mental orang tua. Stres COVID-19 memainkan peran mediasi. Menurut penelitian ini, Strategi koping berbasis pendekatan (bukan penghindar) terbukti mengurangi hasil kesehatan mental yang negatif secara signifikan. Studi ini mengonfirmasi secara empiris bahwa tekanan ekonomi langsung merusak kesehatan mental orang tua. Studi juga menunjukkan strategi koping merupakan variabel moderasi yang kritis. Penelitian ini berkonteks pada argumen bahwa koping religius, seperti tercermin dalam Surah Al-Baqarah ayat 155-156, dapat berfungsi sebagai strategi koping berbasis pendekatan yang bermakna untuk keluarga Muslim.[12]

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fajriyah Prahastuti dalam jurnal *Psikobuletin* mengkaji peran koping religius dan literasi kesehatan mental

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[11] Hisham Abu-Raiya et al., "*The Relationship Between Positive Religious Coping, Life Satisfaction, and Symptoms of Depression Among a Multinational Muslim Sample*," *International Journal of Psychology* 54, no. 3 (2019), https://doi.org/10.1002/ijop.12521

[12] Derek Daniel Morgan et al., "Predicting Parental Mental Health During COVID-19: Economic Pressure, COVID-19 Stress, and Coping Strategies," *Frontiers in Psychology* 13 (2022): 909978, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909978

terhadap kondisi kesehatan mental remaja dan dewasa awal di Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa koping religius memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental, bahkan kontribusinya lebih besar dibandingkan literasi kesehatan mental.[13] Temuan ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan, terutama dalam melihat agama sebagai sumber daya psikologis dalam menghadapi tekanan hidup. Namun demikian, penelitian Prahastuti masih berfokus pada pendekatan kuantitatif dan belum menyentuh dimensi normatif-teologis Al-Qur'an, sementara penelitian ini secara khusus berupaya menggali konsep tersebut dari tafsir Surah Al-Baqarah ayat 155-156.

Kelima, penelitian Ananda Humaidah, dkk. dalam jurnal *Nathiqiyyah* menggunakan pendekatan *systematic literature review* untuk mengkaji peran *religious coping* terhadap kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religious coping secara konsisten berkontribusi dalam menurunkan *psychological distress* serta meningkatkan kesejahteraan mental individu dalam berbagai konteks kehidupan.[14] Penelitian ini memperkuat asumsi bahwa strategi coping berbasis agama memiliki efektivitas lintas situasi. Persamaannya dengan penelitian ini terletak pada penggunaan teori coping religius sebagai kerangka analisis. Akan tetapi, perbedaannya terletak pada objek kajian, di mana penelitian Humaidah bersifat meta-analisis literatur, sedangkan penelitian ini berfokus pada analisis teks Al-Qur'an secara langsung dengan pendekatan tafsir tahlili.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[13] Nurul Fajriyah Prahastuti, "Peran Koping Religius dan Literasi Kesehatan Mental terhadap Status Kesehatan Mental pada Individu Remaja & Dewasa Awal di Indonesia," *Psikobuletin*, https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/26577.

[14] Ananda Humaidah, Nadine Widya Amalia, dan Mahmudin, "Peran Religious Coping terhadap Kesehatan Mental: Systematic Literature Review," *Nathiqiyyah* 7, no. 2 (2024): 110–117, https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v7i2.1160.

Keenam, penelitian yang dilakukan oleh Eko Zulfikar dan Iskandar dalam jurnal *Al-Dzikra* mengkaji konsep kesedihan (*al-ḥuzn*) dalam Al-Qur'an melalui pendekatan tafsir tematik. Penelitian ini menemukan bahwa kesedihan dalam Al-Qur'an tidak selalu bermakna negatif, melainkan dapat menjadi kondisi spiritual yang memiliki nilai konstruktif apabila disertai dengan sikap sabar, dzikir, dan keteguhan iman. Selain itu, Al-Qur'an juga menawarkan solusi terhadap kesedihan melalui pendekatan ibadah dan penguatan hubungan dengan Allah.[15]

Tabel Perbandingan Penelitian Terdahulu

No.	Judul Penelitian	Penulis/Tahun	Persamaan dengan Penelitian Ini	Perbedaan dengan Penelitian Ini
1	"Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits"	Ikhwan Fuad (2016)	Sama-sama membahas kesehatan mental dalam perspektif Al-Qur'an. Keduanya menggunakan pendekatan normatif-teologis dan menjadikan teks Al-Qur'an sebagai sumber utama dalam merumuskan solusi kesejahteraan psikologis Islami.	Fuad mengkaji konsep kesehatan mental secara umum dari berbagai ayat Al-Qur'an dan Hadis. Sedangkan penelitian ini berfokus pada satu ayat tertentu (QS. Al-Baqarah: 155-156) dengan pendekatan tafsir tahlili dan dikaitkan secara spesifik dengan konteks kesulitan ekonomi menggunakan teori Religious Coping Pargament.
2	"The Relationship Between Positive Religious Coping, Life Satisfaction, and Symptoms of Depression Among a Multinational Muslim Sample"	Abu-Raiya, Hisham, dkk. (2019)	Keduanya menggunakan *Religious Coping Theory* (Pargament) sebagai kerangka analisis dan berfokus pada populasi Muslim. Sama-sama menegaskan bahwa koping religius positif berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis	Penelitian Abu-Raiya menggunakan metode kuantitatif-empiris dengan sampel 706 mahasiswa Muslim dari tiga negara. Sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kepustakaan kualitatif berbasis tafsir tahlili dan berfokus pada teks Al-Qur'an, bukan data survei

[15] Siti Muawanah dan Bashori, "Tafsir Al-Qur'an tentang Kesehatan Mental: Studi Tematik terhadap Ayat-Ayat Ketahanan Diri," *Millatuna: Jurnal Studi Islam* 3, no. 1 (2025), https://doi.org/10.33752/mjsi.v3i01.9359

			yang lebih baik pada individu Muslim.	populasi.
3	"Predicting Parents' Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Economic Pressure, COVID-19 Stress, and Coping Strategies"	Morgan, dkk. (2022)	Keduanya mengkaji hubungan antara tekanan ekonomi dengan kesehatan mental dan menempatkan strategi koping sebagai variabel kritis yang memoderasi dampak tekanan ekonomi. Sama-sama menyoroti pentingnya strategi koping berbasis pendekatan (approach-based coping).	Morgan menggunakan metode longitudinal kuantitatif terhadap 198 orang tua dalam konteks pandemi COVID-19 secara umum (non-religius). Penelitian ini bersifat kualitatif-kepustakaan dan secara khusus menggali koping religius berbasis Al-Qur'an melalui tafsir QS. Al-Baqarah: 155-156 untuk keluarga Muslim.
4	"Peran Koping Religius dan Literasi Kesehatan Mental terhadap Status Kesehatan Mental pada Individu Remaja & Dewasa Awal di Indonesia"	Nurul Fajriyah Prahastuti	Keduanya mengkaji peran agama sebagai sumber daya psikologis dalam menghadapi tekanan hidup dan menyoroti kontribusi signifikan koping religius terhadap kesehatan mental individu.	Prahastuti menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur kontribusi *koping religius* secara statistik pada remaja dan dewasa awal di Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tahlili untuk menggali dimensi normatif-teologis dari QS. Al- Baqarah: 155-156 sebagai sumber koping religius bagi keluarga Muslim yang menghadapi tekanan ekonomi.
5	"Peran Religious Coping terhadap Kesehatan Mental: Systematic Literature Review"	Ananda Humaidah, dkk. (2024)	Keduanya menggunakan *Religious Coping Theory* sebagai kerangka analisis dan menyimpulkan bahwa koping religius secara konsisten berkontribusi dalam menurunkan psychological distress serta meningkatkan kesejahteraan mental.	Humaidah menggunakan metode systematic literature review (meta-analisis) yang mengkaji berbagai literatur secara luas lintas konteks. Penelitian ini berfokus pada analisis teks Al-Qur'an secara langsung (tafsir tahlili satu ayat) dengan spesifikasi konteks kesulitan ekonomi pada keluarga Muslim.
6	"Konsep Kesedihan (al-Ḥuzn) dalam Al-Qur'an melalui Pendekatan Tafsir Tematik"	Eko Zulfikar & Iskandar	Keduanya mengkaji tema kesedihan (al-ḥuzn) dalam Al-Qur'an dan menggunakan pendekatan tafsir sebagai metode analisis. Sama-sama menemukan bahwa Al-Qur'an menawarkan solusi konstruktif terhadap pengalaman kesedihan manusia melalui pendekatan spiritual.	Zulfikar & Iskandar menggunakan pendekatan tafsir tematik (maudu'i) yang mengkaji berbagai ayat tentang kesedihan secara lintas surah. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tahlili pada satu ayat spesifik (QS. Al-Baqarah: 155-156) yang dikontekstualisasikan dengan kesedihan akibat tekanan ekonomi dan dianalisis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

				menggunakan teori psikologi modern (Pargament).

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji kesedihan (*al-ḥuzn*) dan ketahanan mental dalam perspektif Al-Qur'an, kecenderungan yang dominan masih terletak pada pendekatan tematik yang bersifat umum dan belum menyentuh secara mendalam pengalaman emosional yang spesifik dalam konteks kehidupan nyata. Di sisi lain, kajian tafsir yang berfokus pada satu ayat secara tahlili masih jarang diarahkan untuk membaca dimensi psikologis secara kontekstual, terutama terkait kesedihan akibat keterbatasan ekonomi sebagaimana tergambar dalam QS. Al- Baqarah: 155-156. Selain itu, integrasi antara analisis tafsir Al-Qur'an dengan teori psikologi modern, khususnya *religious coping*, juga belum banyak dilakukan secara sistematis. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menawarkan pembacaan tafsir tahlili yang tidak hanya menyingkap makna tekstual ayat, tetapi juga mengelaborasi relevansinya terhadap dinamika psikologis manusia kontemporer, sehingga menghasilkan sintesis yang lebih aplikatif antara khazanah tafsir dan pendekatan ilmiah dalam studi kesehatan mental.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

B. Kajian Teori

1. Metode Tafsir Tahlili

a. Definisi dan Asal-usul

Metode Tafsir Tahlili merupakan salah satu metodologi tertua dan paling banyak digunakan dalam ilmu tafsir Al-Qur'an. Istilah *"tahlili"* berasal dari akar kata Arab *hallala–yuhallilu–tahlil*, yang berarti

"menganalisis," "mengurai," atau "membedah," dan istilah ini menggambarkan pendekatan tafsir yang mengkaji ayat- ayat Al-Qur'an secara mendalam, sistematis, dan dari berbagai sudut pandang keilmuan. [16]

Tafsir Tahlili berkembang ketika komunitas Muslim tumbuh di luar Arab. Penutur non-Arab membutuhkan penjelasan terperinci tentang teks ilahi. Berbeda dengan metode *ijmali* (ringkas), yang menawarkan ringkasan global yang singkat, dan metode *maudu'i* (tematik), yang mengorganisir tafsir berdasarkan topik sentral tanpa memperhatikan urutan kronologis, metode Tahlili mengikuti urutan Al-Qur'an, ayat demi ayat, dan menganalisis setiap bagian secara mendalam.[17]

Baik dalam ilmu pengetahuan klasik maupun kontemporer, Tafsir Tahlili dipahami sebagai tafsir yang menawarkan komentar terperinci dan luas, yang dicontohkan oleh karya-karya mendasar seperti Tafsir al-Tabari, yang menggabungkan analisis linguistik dengan riwayat dari Nabi dan para ulama awal.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

b. Unsur-unsur Inti Metode Tahlili

Metode Tahlili ditandai oleh analisis mendalam pada setiap ayat. Para ulama menjelaskan hubungan antara ayat dan surah (munasabah), menganalisis sebab turunnya wahyu (asbab al-nuzul), meneliti kosakata dari perspektif linguistik Arab, menggambarkan isi umum ayat, menjelaskan keindahan bahasa (fasahah), gaya retorika (bayan), dan sifat

[16] Abdul Hayy al-Farmawi, *Al-Bidayah fi al-Tafsir al-Maudu'i* (Kairo: Al-Hadarah al-'Arabiyyah, 1977).

[17] Abdul Hayy al-Farmawi, *Al-Bidayah fi al-Tafsir al-Maudu'i*

mukjizat Al-Qur'an (i'jaz), serta mengekstrak hukum syariat dan makna-makna dalam teks.[18]

Setiap dimensi memiliki tujuan ilmiah. Asbab al-nuzul menempatkan ayat dalam konteks historisnya sehingga penafsir memahami keadaan spesifik yang menjadi respons wahyu ilahi. Pemeriksaan kosakata memperhatikan bobot semantik setiap istilah Arab untuk memastikan terjemahan dan penafsiran tidak mereduksi nuansa teks asli. Studi munasabah menempatkan ayat dalam koherensi lebih luas dari Al-Qur'an, mencegah pembacaan terisolasi yang mendistorsi makna. Bersama-sama, unsur-unsur ini membentuk metodologi yang setia pada teks sekaligus responsif terhadap pertanyaan manusia yang diangkatnya.[19]

Ilmu klasik mensyaratkan seorang mufassir menguasai bahasa Arab, memiliki pengetahuan holistik tentang Al-Qur'an, pemahaman kontekstual tentang sejarah wahyu, penguasaan fiqih Islam, serta kemampuan berargumen dengan cermat sambil menghindari penafsiran bertentangan dengan teologi Islam yang mapan.

c. Kekuatan dan Keterbatasan

Metode Tahlili unggul karena ketelitian. Dengan menganalisis ayat dari dimensi linguistik, historis, hukum, dan teologis secara bersamaan, metode ini menghasilkan tafsir mendalam yang tidak dapat dicapai oleh pendekatan lebih selektif. Kelebihannya termasuk penekanan pada

[18] F. Fauzan, I. Mustofa, and M. Masruchin, "Metode Tafsir Maudu'i (Tematik): Kajian Ayat Ekologi," *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 13, no. 2 (2020): 195–228.

[19] F. Fauzan, I. Mustofa, and M. Masruchin, "Metode Tafsir Maudu'i (Tematik): Kajian Ayat Ekologi," *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 13, no. 2 (2020): 195–228.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

pentingnya bahasa dalam memahami Al-Qur'an, perhatian terhadap ketepatan dalam penyampaian pesan Al-Qur'an, dan disiplin dalam membatasi penafsir dalam kerangka teks untuk mengurangi subjektivitas berlebihan.[20]

2. Teori Penanganan Keagamaan (Pargament, 1997)

a. Asal-usul dan Definisi

Teori penanganan stres berbasis agama dikembangkan oleh psikolog Amerika, Kenneth I. Pargament. Dalam bukunya yang berjudul *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (1997), ia merangkum hasil riset selama dua dekade untuk menjelaskan bagaimana agama berperan penting dalam membantu manusia menghadapi berbagai kesulitan hidup.

Pargament menawarkan sudut pandang baru yang bergeser dari tradisi psikologi klasik. Ia menanggapi pandangan Freud yang menganggap agama sebatas mekanisme pertahanan atau ilusi semata. Bagi Pargament, agama justru menjadi sumber daya yang aktif, dinamis, dan multifungsi bagi individu saat menghadapi tantangan hidup.[21]

Ia mendefinisikan penanggulangan keagamaan sebagai upaya untuk memahami dan menghadapi stres melalui hubungan dengan hal-hal yang dianggap suci. Keterlibatan agama di sini bersifat konstitutif, artinya

[20] F. Fauzan, I. Mustofa, and M. Masruchin, "Metode Tafsir Maudu'i (Tematik)

[21] Kenneth I. Pargament, Harold G. Koenig, and Lisa M. Perez, "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE," *Journal of Clinical Psychology* 56, no. 4 (2000): 519–543.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

agama secara aktif membentuk cara seseorang memandang dan merespons setiap kesulitan yang mereka alami.

Definisi ini memiliki posisi penting karena menyoroti aspek kesakralan sebagai pembeda utama koping religius. Strategi koping religius memberikan kerangka makna yang lebih tinggi bagi individu, bahkan melampaui batasan sukses atau gagal yang biasa kita kenal dalam kehidupan sehari-hari.[22]

b. Lima Fungsi Inti Penanganan Berbasis Agama

Teori Pargament menjelaskan bahwa agama menjalankan berbagai peran penting dalam proses pemulihan seseorang. Menurutnya, terdapat lima fungsi utama dalam penanganan stres berbasis agama: menemukan makna, memperoleh kendali, mendapatkan kenyamanan melalui kedekatan dengan Tuhan, membangun kedekatan dengan sesama, dan mendukung transformasi hidup.[23]

Masing-masing fungsi tersebut berkaitan erat dengan kebutuhan psikologis dasar manusia saat berada dalam kondisi tertekan.

1) Penciptaan Makna**:** Fungsi ini menjawab kebutuhan manusia untuk memahami alasan di balik sebuah penderitaan. Hal ini membantu individu melihat bahwa kesulitan yang dialami memiliki tujuan tertentu dan bukan sekadar nasib buruk yang tanpa arti.
2) Kendali atau Kontrol: Agama membantu seseorang merasa bahwa

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[22] Kenneth I. Pargament, Harold G. Koenig, and Lisa M. Perez, "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE,

[23] Kenneth I. Pargament, Harold G. Koenig, and Lisa M. Perez, "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE,

situasi yang mereka hadapi tidak terjadi secara acak. Meskipun keadaan di luar kendali manusia, keyakinan beragama memberikan rasa aman bahwa ada kekuatan yang tetap menjaga keteraturan hidup.

3) Kenyamanan Emosional: Fungsi ini memenuhi kebutuhan akan rasa aman. Seseorang mendapatkan kepastian bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi masa-masa sulit karena adanya penyertaan Tuhan.
4) Kedekatan Sosial: Melalui komunitas keagamaan, individu dapat merasakan solidaritas dan dukungan sosial. Hubungan dengan sesama anggota komunitas menjadi sumber kekuatan tambahan dalam menghadapi masalah.
5) Transformasi Hidup: Fungsi ini merujuk pada pertumbuhan pribadi setelah melewati krisis. Kesulitan yang dihadapi dengan landasan agama dapat memicu peningkatan kebijaksanaan serta kedewasaan spiritual yang lebih mendalam.

Kelima fungsi ini membentuk sebuah kerangka kerja yang menyeluruh. Melalui pendekatan tersebut, kita dapat memahami bagaimana agama memenuhi spektrum kebutuhan psikologis manusia secara utuh saat menghadapi peristiwa hidup yang penuh tekanan..

c. Penanganan Keagamaan Positif dan Negatif

Dalam kerangka kerja Pargament, terdapat perbedaan mendasar antara metode penanggulangan stres keagamaan yang bersifat positif dan negatif. Kedua orientasi ini mencerminkan hubungan yang berbeda antara

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

individu dengan Tuhan serta hal-hal suci saat mereka berada di bawah tekanan hidup.

Penanggulangan keagamaan yang positif berakar pada hubungan yang aman dengan kekuatan transenden, rasa keterhubungan spiritual dengan sesama, serta pandangan dunia yang penuh kasih. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung melakukan penafsiran ulang yang welas asih dengan memandang kesulitan sebagai peluang untuk bertumbuh dalam rencana Tuhan. Mereka juga menerapkan koping kolaboratif dengan memposisikan Tuhan sebagai mitra dalam memecahkan masalah, mencari dukungan dari komunitas agama, serta mempraktikkan pengampunan dan rasa syukur sebagai bagian dari disiplin spiritual mereka.[24]

Di sisi lain, penanggulangan keagamaan yang negatif mencerminkan adanya ketegangan atau perjuangan spiritual dalam diri individu. Kondisi ini sering kali melibatkan perasaan ditinggalkan atau dihukum oleh Tuhan, munculnya kemarahan terhadap yang ilahi, serta keraguan terhadap makna iman saat menghadapi penderitaan. Dalam berbagai situasi penuh tekanan, metode positif umumnya dianggap lebih adaptif karena menunjukkan keyakinan akan makna hidup. Sementara itu, metode negatif secara konsisten dikaitkan dengan penurunan fungsi psikologis seperti munculnya depresi dan kecemasan.[25]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[24] Hisham Abu-Raiya et al., "Hubungan Antara Penanganan Keagamaan Positif, Kepuasan Hidup, dan Gejala Depresi di Kalangan Sampel Muslim Multinasional," *International Journal of Psychology* 54, no. 3 (2019), https://doi.org/10.1002/ijop.12521

[25] Springer Nature, "Mengintegrasikan Teologi Islam dan Psikologi: Tinjauan Naratif Sistematis tentang Penanganan Keagamaan," *Pastoral Psychology* (2026), https://doi.org/10.1007/s11089-025-01298-0

d. Penerapan dalam Penelitian Ini

Dalam penelitian ini, Teori Penanganan Keagamaan Pargament digunakan sebagai lensa analitis untuk mengkaji dimensi psikologis di dalam Surah Al- Baqarah: 155-156. Ayat tersebut dianalisis guna mengidentifikasi fungsi-fungsi koping yang muncul dalam narasinya, terutama pada aspek pembentukan makna, penghiburan, dan transformasi. Fokus utama analisis ini adalah melihat bagaimana kesedihan divalidasi sebagai sesuatu yang bermakna secara spiritual, bagaimana Allah memberikan jaminan bahwa ketulusan tersebut dihargai, serta bagaimana keterbatasan material ditafsirkan ulang sehingga tidak menjadi penghalang bagi pencapaian pahala.

Selain itu, strategi penanggulangan keagamaan positif yang tertanam dalam narasi Al-Qur'an akan diidentifikasi dan dipetakan ke dalam kerangka teoretis Pargament. Strategi tersebut mencakup penilaian ulang yang penuh kasih terhadap keterbatasan diri, keyakinan akan kemitraan ilahi dalam setiap niat baik, serta solidaritas spiritual di dalam komunitas.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kepustakaan kualitatif sebagai metode penyelidikan ilmiah. Prosesnya mengandalkan pengumpulan data secara sistematis, pembacaan kritis, interpretasi, serta sintesis dari berbagai sumber tertulis untuk menghasilkan pengetahuan baru. Pendekatan ini berfokus sepenuhnya pada dokumen dan literatur, sehingga tidak melibatkan kerja lapangan, pengamatan empiris, maupun pengumpulan data eksperimental.

Metode kepustakaan memiliki karakteristik yang bersifat kualitatif, deskriptif, dan non-lapangan, dengan menekankan peran penting peneliti dalam menganalisis data secara mendalam. Tujuan utamanya adalah membangun pemahaman yang kuat terhadap suatu fenomena, mengidentifikasi perspektif akademis yang relevan, serta menganalisis kesenjangan pengetahuan yang ada. Melalui metode ini, peneliti dapat mengembangkan kerangka teoretis yang kokoh dan menarik kesimpulan integratif dari berbagai literatur yang tersedia.[26]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

B. Sumber Data

Data dalam penelitian ini diambil dari dua kategori sumber, yaitu primer dan sekunder.

1. Sumber Primer

Sumber primer dalam penelitian ini adalah karya tafsir Al-Qur'an kontemporer yang otoritatif. Karya-karya tersebut menjadi landasan tekstual

[26] Abdurrahman, "Metode Penelitian Kepustakaan dalam Pendidikan Islam," *Adabuna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran* 3, no. 2 (2024): 102–113

utama untuk melakukan analisis tahlili terhadap Surah Al-Baqarah ayat 155-156. Beberapa referensi primer yang ditetapkan meliputi: Pertama, *Al- Azhar karya* Buya Hamka *dan Al- Misbah karya* Quraish Shihab, yang menjadi rujukan utama dalam penelusuran riwayat asbab al-nuzul. Kedua, *al-Kashshāf 'an Ḥaqā'iq Ghawāmiḍ al-Tanzīl* karya Az-Zamakhsharī, yang diandalkan untuk analisis linguistik, morfologis, dan keindahan balaghah ayat. Ketiga, *al-Jāmi' li-Aḥkām al-Qur'ān* karya Imam al-Qurṭubī, sebagai sumber utama dalam pembahasan aspek hukum, konteks historis, dan dimensi spiritual ayat. Keempat, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm* karya Imam Ibn Kathīr, yang digunakan sebagai referensi dalam analisis makna dan hubungan antar ayat. Kelima, *al-Tafsīr al-Munīr fī al-'Aqīdah wa-al-Sharī'ah wa-al-Manhaj* karya Wahbah Az-Zuḥaylī, sebagai representasi tafsir kontemporer yang menjembatani pemahaman klasik dengan relevansi kehidupan modern. Keenam, *Fī Ẓilāl al-Qur'ān* karya Sayyid Quṭb, yang memberikan pendekatan spiritual dan ideologis dalam memahami dimensi emosional ayat..

2. Sumber Sekunder

Sumber sekunder dalam studi ini mencakup berbagai buku akademik serta jurnal ilmiah yang telah melalui proses penelaahan. Bidang yang dirujuk meliputi psikologi agama, kesehatan mental keluarga, dan psikologi Islam. Keberadaan sumber-sumber tersebut sangat penting karena menyediakan kerangka teoretis serta data empiris yang digunakan untuk menginterpretasikan dan menerapkan hasil analisis *tahlili*.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Referensi sekunder yang menjadi pilar utama dalam penelitian ini adalah karya Kenneth I. Pargament (1997) yang berjudul *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Buku tersebut menyediakan landasan konseptual mengenai Teori Coping Agama yang menjadi pisau analisis penelitian. Selain itu, sumber sekunder tambahan mencakup artikel jurnal mengenai penanggulangan stres berbasis agama pada masyarakat Muslim, studi empiris tentang hubungan tekanan ekonomi dengan kesehatan mental keluarga, serta jurnal akademik nasional yang membahas integrasi studi Al-Qur'an dan psikologi Islam.

C. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi untuk mengumpulkan, membaca, dan mengorganisir bahan pustaka secara sistematis. Sebagai studi kepustakaan, dokumentasi merupakan metode yang paling tepat karena seluruh data tersedia dalam bentuk tertulis. Proses ini memastikan peneliti memiliki landasan teks yang komprehensif sebelum melakukan analisis interpretatif.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahapan utama:

Identifikasi dan Pemilihan Sumber**:** Peneliti memilih literatur berdasarkan otoritas keilmuan dan relevansinya terhadap Surah Al-Baqarah ayat 155-156 . Sumber primer mencakup tafsir klasik dan kontemporer, sementara sumber sekunder dipilih berdasarkan keselarasan dengan Teori Pargament, psikologi Islam, serta tema kesehatan mental keluarga.

Pembacaan dan Pencatatan: Seluruh literatur dibaca secara kritis untuk menemukan bagian yang relevan, seperti analisis linguistik, konteks sejarah, dan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

mekanisme penanganan stres. Hasil pembacaan ini kemudian dicatat secara sistematis sebagai data mentah penelitian.

Klasifikasi Data**:** Data yang telah terkumpul dikelompokkan ke dalam kategori tematik. Kategori tersebut meliputi aspek kebahasaan, hubungan antar ayat, pendapat para mufasir, serta konsep psikologis yang sesuai dengan isi ayat. Pengorganisasian ini bertujuan untuk memudahkan proses analisis sistematis pada tahap selanjutnya.

D. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis isi (*content analysis*). Metode ini memungkinkan peneliti untuk menelaah makna teks Al-Qur'an secara mendalam melalui struktur kebahasaan, konteks, dan implikasi teologisnya. Proses analisis dilakukan dalam dua fase yang saling terintegrasi.

Fase 1: Deskripsi Tafsir Tahlili

Fase pertama bertujuan menghasilkan uraian akurat mengenai Surah Al-Baqarah ayat 155-156 menggunakan metode *Tafsir Tahlili*. Langkah-langkahnya meliputi:

1. Transliterasi dan Terjemahan: Menyajikan teks ayat secara lengkap untuk menetapkan objek analisis.
2. Asbab al-Nuzul: Mendokumentasikan latar belakang sejarah ayat guna memahami konteks peristiwa yang terjadi.
3. Munasabah: Meninjau hubungan ayat ini dengan ayat sebelumnya serta bagian Al-Qur'an lain yang membahas pengalaman emosional.
4. Analisis Linguistik: Membedah kosakata kunci seperti *huzn* (sedih) dan *la*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

ajidu (keterbatasan) untuk menggali muatan psikologis di dalamnya.

5. Sintesis Pendapat Tafsir: mencari dalam kitab tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka untuk mendapatkan pemahaman makna yang menyeluruh.

Fase 2: Analisis Psikologis Teori Pargament

Pada fase ini, temuan dari tafsir *tahlili* dianalisis menggunakan kategori Teori Penanganan Keagamaan. Langkah-langkahnya meliputi:

1. Identifikasi Fungsi: Memetakan temuan tafsir ke dalam lima fungsi koping Pargament, seperti pembentukan makna dan kenyamanan spiritual.
2. Klasifikasi Strategi: Mengelompokkan respons emosional dalam ayat ke dalam kategori penanganan keagamaan positif atau negatif.
3. Interpretasi Integratif: Menyatukan data eksegetis dan psikologis untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai mekanisme pertahanan mental dalam teks tersebut.
4. Formulasi Praktis: Merumuskan strategi Islam bagi keluarga yang menghadapi kesulitan ekonomi berdasarkan otoritas teks dan teori psikologi.

Kedua fase ini bekerja saling berkesinambungan. Deskripsi *tahlili* mengungkap pesan tekstual ayat, sementara analisis psikologis mengungkap makna pesan tersebut bagi pengalaman batin manusia. Pendekatan ini bertujuan menghormati kesucian teks suci sekaligus memenuhi ketelitian riset psikologi modern.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Tahlili Surah Al-Baqarah ayat 155-156

1. Teks dan Terjemahan Ayat

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah [2]: 155)

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

"(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengucapkan, 'Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un.'" (QS. Al-Baqarah [2]: 156)

Kedua ayat ini tergolong ayat Madaniyah yang tercakup dalam rangkaian panjang Surah Al-Baqarah, surah terpanjang dalam mushaf Al-Qur'an yang banyak memuat aturan hidup bermasyarakat serta kisah Bani Israil.[27]

2. Analisis Linguistik dan Morfologis Kosakata Kunci

Surah Al-Baqarah (البقرة) merupakan surah ke-2 dalam urutan mushaf, terdiri dari 286 ayat, dan tergolong Madaniyyah. Surah ini dikenal sebagai surah terpanjang dalam Al-Qur'an, memuat berbagai aturan hidup bermasyarakat, kisah Bani Israil, serta prinsip-prinsip dasar keimanan.

Dari perspektif linguistik, ayat ini menyimpan kekayaan semantik, morfologis, dan sintaksis yang dalam. Kajian ini mengupas setiap kata kunci (*mufradāt*) secara menyeluruh: mulai dari akar kata (*jidhr / aṣl*), *wazan* (pola morfologis), makna leksikal dan kontekstual, serta posisi i'rāb (kedudukan

[27]Kementerian Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya, 23.

gramatikal) masing-masing kata, dengan bersandar pada kitab-kitab tafsir dan linguistik *mu'tabar*.[28]

3. Analisis Per Kosakata Kunci

Berikut disajikan analisis morfologis (*sharaf*) dan linguistik (dilalah) terhadap dua belas kosakata kunci yang teridentifikasi dalam surah al-Baqarah ayat 155-156, disusun berdasarkan urutan kemunculannya dalam ayat.

a. Lafaz لَنَبْلُوَنَّكُمْ(*Lanabluwannakum*)

Akar kata (jazr) : ب- ل- و(balaa - menguji, mencoba)

Bentuk dasar (*fi'il maḍi*) : بَلَا(balaa), tsulatsi mujarrad bab I (fa'ala-yaf'ulu)

Wazn/pola : لَنَفْعَلَنَّكُمْ = fi'il mudhari' + huruf lam taukid + nun taukid tsaqilah + dhamir muttashil (kum)

Status i'rab/bina' **:** Fi'il mudhari' mabni fathah karena bertemu langsung dengan nun taukid tsaqilah

Lafaz لَنَبْلُوَنَّكُمْ terbentuk dari fi'il mudhari' نَبْلُوْ yang berasal dari akar kata بلو bermakna dasar menguji atau mencoba, kemudian ditambahkan huruf lam taukid di awal kata dan nun taukid tsaqilah di akhir kata sehingga membentuk pola penegasan ganda (taukid muzdawaj).[29] Menurut kaidah nahwu-*sharaf*, penggabungan lam taukid dan nun taukid tsaqilah pada fi'il mudhari' menjadikan fi'il tersebut mabni dan berfungsi menegaskan kepastian mutlak terjadinya perbuatan pada masa yang akan

[28]Abū al-Qāsim Maḥmūd ibn 'Amr al-Zamakhsharī, al-Kashshāf 'an Ḥaqā'iq Ghawāmiḍ al-Tanzīl (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1407 H), II/280.

[29]Ibnu Manzhur, Lisan Al-'Arab, Jilid XIV (Beirut: Dar Shadir, 1414 H), hlm. 84-85, entri بلو.

datang, sehingga secara linguistik lafaz ini mengandung penegasan berlapis bahwa ujian pasti akan menimpa setiap orang beriman tanpa terkecuali.[30] Wahbah al-Zuhayli menegaskan bahwa penggunaan bentuk taukid ganda ini merupakan salah satu bentuk uslub taukid tertinggi dalam bahasa Arab yang menunjukkan bahwa ujian merupakan sunnatullah yang tidak dapat dihindari oleh siapapun.[31]

b. Lafaz الْخَوْفِ(*Al-Khawf*)

Akar kata (jazr) : خ- و- ف(khawifa - takut)

Jenis kata : Isim *maṣdar* dari fi'il خَافَ- يَخَافُ(bab fa'ila-yaf'alu)

Wazn/pola : فَعْل(fa'l) - *maṣdar* qiyasi dari fi'il tsulatsi lazim yang menunjukkan sifat/keadaan

Lafaz الْخَوْفِ merupakan bentuk *maṣdar* dari fi'il خَافَ yang berpola wazn فَعَلَ – يَفْعَلُ, yaitu wazn yang lazim digunakan untuk fi'il yang menunjukkan sifat atau keadaan batin (a'radh nafsiyyah), sehingga secara morfologis lafaz ini menggambarkan kondisi psikologis yang bersifat internal.[32] Penggunaan bentuk nakirah (indefinit) pada lafaz ini yang didahului kata مِّنَ بِشَيْءٍ (sedikit dari) menunjukkan makna taqlil (pengurangan/peringanan), sehingga secara linguistik ayat ini menegaskan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ J E M B E R

[30]Al-Ghulayaini, Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah, Jilid III, hlm. 233-236.

[31]Wahbah al-Zuhayli, At-Tafsir Al-Munir, Jilid I, hlm. 353.

[32]Louis Ma'luf, Al-Munjid fi Al-Lughah wa Al-A'lam (Beirut: Dar Al-Masyriq, 2008), hlm. 195, entri خوف.

bahwa ujian rasa takut yang diberikan Allah bersifat terukur dan tidak melampaui batas kemampuan hamba-Nya.[33]

c. Lafaz الْجُوعِ(Al-Ju')

Akar kata (jazr): ج- و- ع(ja'a - lapar)

Jenis kata: Isim *maṣdar* dari fi'il جَاعَ- يَجُوعُ(bab fa'ila-yaf'ulu)

Wazn/pola: فُعْل(fu'l) - maṣdar sima'i menunjukkan kondisi fisik/jasmani

Berbeda dengan الْخَوْفِ yang berkaitan dengan kondisi psikis, lafaz الْجُوعِ berpola فُعْل yang menunjukkan kondisi fisik atau jasmani, sehingga penyandingan kedua lafaz ini dalam satu ayat secara linguistik menunjukkan bahwa ujian yang dijanjikan Allah mencakup dua dimensi sekaligus, yaitu dimensi ruhani (rasa takut) dan dimensi jasmani (rasa lapar).[34] Penataan urutan kata dari yang bersifat batiniah menuju lahiriah ini menunjukkan kaidah balaghah at-tadarruj (gradasi), yang lazim digunakan al-Qur'an untuk menggambarkan tingkatan ujian secara bertahap.[35]

d. Lafaz نَقْصٍ(Naqsh)

Akar kata (jazr) : ن- ق- ص(naqasha - berkurang)

Jenis kata : Isim *maṣdar* dari fi'il نَقَصَ- يَنْقُصُ(bab fa'ala-yaf'ulu)

Wazn/pola : فَعْل(fa'l) - *maṣdar* yang menunjukkan proses pengurangan

[33]Ahmad Mustafa Al-Maraghi, Tafsir Al-Maraghi, Jilid II, hlm. 33-34.
[34]Ibnu Manzhur, Lisan Al-'Arab, Jilid VIII, hlm. 32-33, entri جوع.
[35]Wahbah al-Zuhayli, At-Tafsir Al-Munir, Jilid I, hlm. 354.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Lafaz نَقْصٍ berbentuk nakirah dan berfungsi sebagai mubtada muakhkhar yang di-jarr dengan huruf مِنْ pada frasa نَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ, yang menunjukkan bahwa objek ujian bukan berupa kehilangan total, melainkan hanya sebagian (littab'idh), sejalan dengan makna huruf jarr مِنْ yang di antara fungsinya adalah menunjukkan sebagian dari keseluruhan (tab'idhiyyah).[36]

e. Lafaz الْأَمْوَالِ(Al-Amwal)

Akar kata (jazr) : م- و- ل(maala - condong, cenderung memiliki)

Bentuk tunggal (mufrad) : مَال(harta)

Jenis kata: Isim jamak taksir dari lafaz mufrad مَال, pola jamak untuk isim jamid tsuna'i

Lafaz الْأَمْوَالِ merupakan jamak taksir dari مَال, yang secara morfologis mengikuti pola jamak أَفْعَال yang lazim digunakan untuk isim mudzakkar yang terdiri atas tiga huruf. Penggunaan bentuk jamak ini secara linguistik menunjukkan keluasan cakupan makna harta, mencakup segala jenis kekayaan yang dimiliki manusia, bukan terbatas pada satu jenis harta tertentu.[37]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[36]Al-Qurthubi, Al-Jami' li Ahkam Al-Qur'an, Jilid II, hlm. 408.

[37]Ahmad Warson Munawwir, Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia, hlm. 1367-1368, entri مول.

f. Lafaz الْأَنْفُسِ(Al-Anfus)

Akar kata (jazr) **:** ن- ف- س(nafs - jiwa, diri)

Bentuk tunggal (mufrad): نَفْس(jiwa/diri)

Jenis kata: Isim jamak taksir qillah dengan pola أَفْعُل

Lafaz الْأَنْفُسِ adalah bentuk jamak taksir qillah (menunjukkan jumlah sedikit, tiga sampai sepuluh) dari kata نَفْس dengan pola أَفْعُل. Al-Maraghi menafsirkan bahwa yang dimaksud dengan kekurangan jiwa dalam ayat ini adalah kematian, baik yang menimpa diri sendiri maupun orang-orang yang dicintai seperti keluarga dan kerabat.[38] Bentuk jamak qillah ini secara linguistik memberi isyarat bahwa musibah kematian yang terjadi bersifat parsial, bukan kematian massal yang meluas, sehingga tetap membuka ruang harapan dan kesabaran bagi yang tersisa.[39]

g. Lafaz الثَّمَرَاتِ(Ats-Tsamarat)

Akar kata (jazr): ث- م- ر(tsamara - berbuah)

Bentuk tunggal (mufrad): ثَمَرَة(buah)

Jenis kata: Isim jamak muannats salim (jamak yang dibentuk dengan penambahan alif dan ta')

Berbeda dengan dua kosakata sebelumnya yang berbentuk jamak taksir, lafaz الثَّمَرَاتِ merupakan jamak muannats salim yang dibentuk secara qiyasi (beraturan) dari mufradnya ثَمَرَة dengan menambahkan alif dan ta'

[38]Ahmad Mustafa Al-Maraghi, Tafsir Al-Maraghi, Jilid II, hlm. 34.
[39]Wahbah al-Zuhayli, At-Tafsir Al-Munir, Jilid I, hlm. 355.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

marbuthah di akhir kata. Pemilihan bentuk jamak salim alih-alih jamak taksir pada lafaz ini oleh sebagian mufasir dikaitkan dengan sifat buah-buahan yang dapat dihitung satuannya secara jelas dan berulang setiap musim, berbeda dengan harta dan jiwa yang jamak taksirnya bersifat lebih umum.[40]

h. Lafaz بَشِّرِ(Bashshir)

Akar kata (jazr): ب- ش- ر(bashara - memberi kabar)

Bentuk dasar: بَشَّرَ(tsulatsi mazid bab II, wazn fa"ala)

Wazn/pola: فَعِّلْ- fi'il amr dari bab taf'il yang mengandung makna mubalaghah

Lafaz بَشِّرْ adalah fi'il amr dari fi'il madhi بَشَّرَ yang merupakan tsulatsi mazid bab II (fa"ala) dengan penambahan tasydid pada 'ain fi'il, sehingga mengandung makna mubalaghah (penekanan/intensitas).[41] Secara semantik, akar kata بشر pada dasarnya bermakna netral, yaitu memberi kabar, baik kabar gembira maupun kabar buruk, namun penggunaannya dalam al-Qur'an umumnya dikhususkan untuk kabar yang menyenangkan (basyarah), sedangkan kabar buruk biasanya menggunakan kata نَذير.[42] Penggunaan fi'il amr pada lafaz ini yang ditujukan kepada Nabi Muhammad Saw. dan umatnya menunjukkan bahwa berita gembira ini

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ J E M B E R

[40]Al-Ghulayaini, Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah, Jilid I, hlm. 168-170.
[41]Antoine Dahdah, Mu'jam Qawa'id al-Lughah al-'Arabiyyah, hlm. 215-217.
[42]Ibnu Manzhur, Lisan Al-'Arab, Jilid IV, hlm. 62-64, entri بشر.

bersifat pasti dan diperintahkan untuk disampaikan secara luas kepada orang-orang yang sabar.[43]

i. Lafaz الصَّابِرِينَ(Ash-Shabirin)

Akar kata (jazr): ص- ب- ر(shabara - bersabar, menahan diri)

Bentuk dasar: صَبَرَ- يَصْبِرُ(tsulatsi mujarrad bab I)

Wazn/pola: فَاعِلjamak فَاعِلِين- isim fa'il jamak mudzakkar salim

Lafaz الصَّابِرِينَ merupakan isim fa'il jamak dari fi'il صَبَرَ dengan pola tunggal فَاعِل yang dijamakkan menjadi فَاعِلونَ/فَاعِلِينَ. Penggunaan bentuk isim fa'il (bukan fi'il) secara linguistik menunjukkan makna tsubut, yaitu sifat yang tetap dan melekat pada diri seseorang, berbeda dengan fi'il yang menunjukkan makna huduts (kejadian sesaat).[44] Dengan demikian, sifat sabar yang dimaksud dalam ayat ini bukan sekadar tindakan sesaat, melainkan karakter yang tertanam kuat dan berkesinambungan dalam diri seorang mukmin.[45]

j. Lafaz أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ(Ashabathum Mushibah)

Akar kata (jazr): ص- و- ب(shaba - menimpa, mengenai sasaran)

Bentuk dasar: أَصَابَ(tsulatsi mazid bab IV, wazn af'ala)

Wazn/pola مُّصِيبَةٌ: مُفْعِلَة- isim fa'il muannats dari bab if'al

[43]Ahmad Mustafa Al-Maraghi, Tafsir Al-Maraghi, Jilid II, hlm. 35.

[44]Al-Ghulayaini, Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah, Jilid I, hlm. 174-176.

[45]M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an, Vol. I (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 341.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Fi'il أَصَابَ adalah tsulatsi mazid bab IV (af'ala) dari akar صوب yang mengandung makna ta'diyah, yaitu mengubah fi'il lazim صَابَ (mengenai sasaran) menjadi fi'il muta'addi yang berarti menimpakan sesuatu kepada objek tertentu.[46] Adapun lafaz مُصِيبَةٌ merupakan isim fa'il muannats berpola مُفْعِلَة dari bab yang sama, dengan bentuk nakirah yang secara balaghah menunjukkan makna at-tahwil (mengagungkan/menganggap besar) sekaligus at-ta'mim (keumuman), yaitu mencakup segala jenis musibah, baik besar maupun kecil.[47]

k. Ungkapan إِنَّا لِلَّهِ(Inna Lillahi)

Struktur kalimat: Jumlah ismiyyah taukidiyyah yang didahului huruf taukid إِنَّ

Unsur : إِنَّ(huruf taukid wa nashb) + نَا(isim inna/dhamir) + لِلَّهِ(khabar inna berupa jar-majrur)

Secara nahwu, ungkapan إِنَّا لِلَّهِ merupakan jumlah ismiyyah yang diawali huruf taukid إِنَّ, di mana نَا berkedudukan sebagai isim inna dan لِلَّهِ sebagai khabar inna yang berbentuk jar-majrur.[48] Huruf lam pada لِلَّهِ berfungsi sebagai lam al-milk (kepemilikan), sehingga makna literalnya adalah "sesungguhnya kami adalah milik Allah", yang mengandung

[46]Ibnu Manzhur, Lisan Al-'Arab, Jilid I, hlm. 519-521, entri صوب.
[47]Wahbah al-Zuhayli, At-Tafsir Al-Munir, Jilid I, hlm. 356.
[48]Ali Al-Jarim dan Mustafa Amin, An-Nahwu Al-Wadhih, Jilid II, hlm. 40-42.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

kesadaran teologis bahwa manusia sepenuhnya berada dalam kepemilikan dan kekuasaan Allah Swt.[49]

l. Lafaz رَاجِعُونَ(Raji'un)

Akar kata (jazr): ر- ج- ع(raja'a - kembali)

Bentuk dasar: رَجَعَ- يَرْجِعُ(tsulatsi mujarrad bab I)

Wazn/pola: فَاعِلjamak فَاعِلُون- isim fa'il jamak mudzakkar salim

Lafaz رَاجِعُونَ adalah isim fa'il jamak dari fi'il رَجَعَ yang berkedudukan sebagai khabar dari إِنَّا pada kalimat kedua. Penggunaan isim fa'il (bukan fi'il mudhari' نَرْجِعُ) secara linguistik menegaskan kepastian dan konsistensi (tsubut) kembalinya seluruh manusia kepada Allah, bukan sekadar peristiwa yang akan terjadi secara temporal.[50] M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa kalimat istirja' ini mengandung dua kesadaran sekaligus, yaitu kesadaran tentang asal (dari Allah) dan kesadaran tentang tujuan akhir (kembali kepada Allah), sehingga menjadi sumber ketenangan bagi orang yang tertimpa musibah.[51]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

4. Munasabah dengan Ayat-Ayat Sebelumnya

a. Teks dan Terjemah Rangkaian Ayat 153-158

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

"Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah [2]: 153)

[49]Ibnu Katsir, Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim, Jilid I, hlm. 315.
[50]Al-Ghulayaini, Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah, Jilid I, hlm. 174-175.
[51]M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Mishbah, Vol. I, hlm. 343.

وَلَا تَقُولُوا لِمَن يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتٌ ۚ بَلْ أَحْيَاءٌ وَلَٰكِن لَّا تَشْعُرُونَ

"Dan janganlah kamu mengatakan bahwa orang-orang yang gugur di jalan Allah itu mati; sebenarnya mereka itu hidup, tetapi kamu tidak menyadarinya." (QS. Al-Baqarah [2]: 154)

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah [2]: 155)

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

"(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, 'Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un.'" (QS. Al-Baqarah [2]: 156)

أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ

"Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk." (QS. Al-Baqarah [2]: 157)

إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِن شَعَائِرِ اللَّهِ ۖ فَمَنْ حَجَّ الْبَيْتَ أَوِ اعْتَمَرَ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِ أَن يَطَّوَّفَ بِهِمَا ۚ وَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَإِنَّ اللَّهَ شَاكِرٌ عَلِيمٌ

"Sesungguhnya Safa dan Marwah merupakan sebagian syiar (agama) Allah. Maka, siapa beribadah haji ke Baitullah atau berumrah, tidak ada dosa baginya mengerjakan sai antara keduanya..." (QS. Al-Baqarah [2]: 158)

b. Munasabah Ayat 155-156 dengan Ayat Sebelumnya (Ayat 153-154)

Pada ayat 153, Allah memerintahkan orang-orang beriman untuk menjadikan sabar dan shalat sebagai sarana memohon pertolongan, sebab Allah senantiasa menyertai hamba-Nya yang sabar. Perintah ini turun setelah rangkaian ayat sebelumnya menjelaskan nikmat Allah dan perintah bersyukur, sehingga ayat 153 menjadi jembatan dari tema syukur menuju tema kesabaran dalam menghadapi ujian.[52]

[52]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 153", diakses Juli 2026, https://tafsirweb.com/620-surat-al-baqarah-ayat-153.html.

Ayat 154 kemudian memberikan salah satu contoh konkret bentuk ujian yang menuntut kesabaran, yaitu kehilangan jiwa berupa gugurnya sebagian kaum muslimin di jalan Allah. Allah menegaskan agar mereka tidak dianggap mati, sebab pada hakikatnya arwah para syuhada tetap hidup di alam barzakh dan memperoleh rezeki di sisi-Nya. Sebagian mufasir mengaitkan ayat ini dengan peristiwa gugurnya empat belas sahabat dalam Perang Badar.[53]

Dari sisi munasabah, hubungan ayat 154 dengan ayat 153 tergolong *zahir al-irtibath* dalam pola tafsir atau bayan, karena ayat 154 memerinci salah satu bentuk konkret dari perintah bersabar yang disebutkan secara umum pada ayat sebelumnya. Sebagian kalangan sempat menduga ayat 154 berdiri terpisah dari konteks sebelumnya karena tema yang tampak berbeda (dari perintah sabar-shalat ke soal syuhada), padahal keduanya justru terjalin sangat erat karena sama-sama membicarakan tema besar kesabaran, hanya saja ayat 154 menampilkan salah satu wujud kesabaran yang paling berat, yaitu kesabaran atas kehilangan jiwa di jalan Allah.[54]

Keterkaitan ini berlanjut secara lebih jelas pada ayat 155, yang kembali memperluas cakupan ujian tidak hanya pada kehilangan jiwa sebagaimana disebutkan pada ayat 154, melainkan mencakup pula ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, dan kekurangan hasil bumi. Dengan demikian, ayat 155-156 berfungsi sebagai penguatan (ta'kid)

[53]Rumahfiqih.com, "Al-Baqarah 2:154", diakses Juli 2026, https://www.rumahfiqih.com/quran/2/154; bandingkan Alislamu, "Tafsir Al-Baqarah Ayat 153-154", diakses Juli 2026, https://www.alislamu.com/10141/tafsir-al-baqarah-ayat-153-154/.

[54]Rumahfiqih.com, "Al-Baqarah 2:154".

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

sekaligus perluasan makna dari ayat 153-154, sehingga rangkaian keempat ayat ini membentuk satu kesatuan pesan tentang berbagai wujud ujian dan sikap sabar yang harus ditunjukkan seorang mukmin dalam menghadapinya.[55]

Konteks turunnya rangkaian ayat 153-156 juga tidak terlepas dari peristiwa besar peralihan kiblat dari Baitul Maqdis ke Ka'bah yang disebutkan pada ayat-ayat sebelumnya dalam surah yang sama, sehingga ujian-ujian yang disebutkan pada ayat 155 dapat dipahami sebagai konsekuensi sosial dan psikologis yang harus dihadapi umat Islam pascaperistiwa tersebut, termasuk tekanan dari kalangan Yahudi dan kaum musyrik Mekah.[56]

c. Munasabah Ayat 155-156 dengan Ayat Sesudahnya (Ayat 157)

Ayat 157 melanjutkan pesan ayat 155-156 dengan menjelaskan balasan yang akan diterima oleh orang-orang sabar yang disebutkan pada ayat sebelumnya, yaitu ampunan (maghfirah) dan rahmat dari Allah, serta status sebagai golongan yang mendapat petunjuk. Ayat ini menjadi jawaban langsung atas kabar gembira (basyir) yang dijanjikan pada ayat 155 kepada orang-orang yang sabar.[57]

Dari sisi munasabah, hubungan ayat 157 dengan ayat 155-156 tergolong zahir al-irtibath dengan pola tafsir atau bayan, karena ayat 157

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[55]Bandingkan uraian keterkaitan tema pada Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 154", diakses Juli 2026, https://tafsirweb.com/622-surat-al-baqarah-ayat-154.html.

[56]Bandingkan NU Online, "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 155: Menghadapi Musibah dengan Keimanan dan Ketabahan", diakses Juli 2026, https://nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-155-menghadapi-musibah-dengan-keimanan-dan-ketabahan-2uX0i.

[57]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157", diakses Juli 2026, https://tafsirweb.com/628-surat-al-baqarah-ayat-157.html.

menjelaskan secara rinci bentuk kabar gembira yang pada ayat 155 hanya disebutkan secara umum. Kata ganti 'ulaika' (mereka itu) pada awal ayat 157 secara gramatikal merujuk langsung kepada orang-orang sabar (ash-shabirin) yang disebutkan pada ayat 155 dan diperinci ciri-cirinya pada ayat 156, sehingga ketiga ayat ini (155, 156, dan 157) sesungguhnya membentuk satu kesatuan kalimat pesan yang tidak dapat dipisahkan pemahamannya.[58]

Sahabat Umar bin Khattab, sebagaimana diriwayatkan dalam sejumlah kitab tafsir, mengungkapkan kekagumannya terhadap struktur balasan pada ayat 157 dengan menyebutnya sebagai dua balasan pokok (ampunan dan rahmat) yang disertai satu anugerah tambahan berupa petunjuk (hidayah), sehingga orang yang bersabar menghadapi ujian pada ayat 155-156 memperoleh keutamaan yang berlapis.[59]

d. Munasabah Ayat 155-156 dengan Ayat Sesudahnya (Ayat 158)

Ayat 158 beralih membicarakan kedudukan Shafa dan Marwah sebagai bagian dari syiar Allah serta anjuran melaksanakan sai bagi orang yang berhaji atau berumrah. Sepintas, tema ini tampak berbeda jauh dari tema sabar dan ujian pada ayat 155-157, sehingga sebagian orang menganggap ayat 158 berdiri sendiri tanpa keterkaitan dengan ayat-ayat sebelumnya.[60]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[58]Bandingkan Tafsir Alquran ID, "Tafsir Al-Baqarah Ayat ke-157", diakses Juli 2026, https://tafsir.niadi.net/2022/07/tafsir-al-baqarah-ayat-ke-157.html.

[59]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157".

[60]Kongaji, "Tafsir Suroh Al-Baqarah Ayat 158", diakses Juli 2026, https://kongaji.tripod.com/myfile/al-baqoroh_ayat_158.htm.

Namun, sebagaimana dikemukakan oleh Syekh Muhammad Abduh dalam pengajian tafsirnya, ayat 158 sesungguhnya masih merupakan kelanjutan dari tema besar peralihan kiblat dan ujian keimanan yang telah dibahas sejak ayat-ayat sebelumnya. Setelah umat Islam diperintahkan untuk bersabar dan tabah menghadapi berbagai ujian pada ayat 155-157, ayat 158 menghadirkan gambaran harapan (raja') berupa kelak mereka akan dapat beribadah dengan leluasa mengelilingi Shafa dan Marwah di Tanah Suci, sehingga betapapun berat kesulitan yang tengah dihadapi, harapan akan pertolongan Allah harus senantiasa dibayangkan.[61]

Munasabah antara ayat 158 dengan ayat 155-156 dengan demikian dapat dikategorikan sebagai khafi al-irtibath, yaitu keterkaitan yang tidak tampak secara harfiah pada susunan lafaz, tetapi dapat ditemukan melalui penalaran terhadap alur besar tema surah, yakni bahwa ujian (155-156), balasan bagi yang sabar (157), dan harapan menuju kemudahan ibadah di Tanah Suci (158) merupakan satu rangkaian utuh yang saling melengkapi.[62]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ J E M B E R

Selain itu, ayat 158 juga mengandung teladan kesabaran melalui kisah Siti Hajar yang bolak-balik antara Shafa dan Marwah dengan penuh kepasrahan dan permohonan pertolongan kepada Allah ketika mencari air bagi putranya, Ismail, hingga Allah menganugerahkan mata air Zamzam. Kisah ini menjadi teladan konkret dari sikap sabar yang dituntut pada ayat

[61]Muhammad Abduh, sebagaimana dikutip dalam Kongaji, "Tafsir Suroh Al-Baqarah Ayat 158".

[62]Bandingkan kerangka khafi al-irtibath dalam Tatsqif, "Macam-Macam Munasabah Al-Qur'an: Hubungan Ayat dan Makna".

155-156, sehingga ayat 158 berfungsi menghadirkan contoh historis nyata atas konsep sabar yang sebelumnya disampaikan secara konseptual.[63]

5. *Asbab Al-Nuzul* (Konteks Historis Turunnya Ayat

a. Ancaman dan Rasa Takut (*al-Khawf*) akibat Permusuhan Quraisy

Unsur pertama yang disebut dalam ayat 155, yaitu *al-Khawf* (ketakutan), sangat erat kaitannya dengan situasi keamanan kaum muslimin Madinah yang senantiasa berada dalam bayang-bayang serangan Quraisy Mekah. Sejak awal hijrah, kaum Quraisy tidak tinggal diam dan terus berupaya memusnahkan komunitas muslim yang baru terbentuk, yang kemudian memuncak dalam serangkaian peperangan seperti Perang Badar (2 H) dan Perang Uhud (3 H)[64]. Ketegangan dan kesiapsiagaan menghadapi kemungkinan serangan mendadak menjadi bagian dari keseharian kaum muslimin pada masa itu, sehingga rasa cemas dan takut merupakan pengalaman yang nyata dan langsung dirasakan, bukan sekadar gambaran retoris semata.

b. Krisis Ekonomi dan Kekurangan Harta (*Naqsh min al-Amwal*)

Selain ancaman keamanan, kaum muhajirin yang berhijrah ke Madinah pada umumnya meninggalkan seluruh harta benda dan usaha dagang mereka di Mekah, sehingga mengalami kesulitan ekonomi yang serius pada masa-masa awal di kota barunya[65]. Di samping itu, hubungan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ J E M B E R

[63]Ibnu Katsir, Tafsir Al-Qur'anil Azhim (Riyadh: Dar Thayyibah lin Nasyri wa Tauzi', 1999), Juz I, 471, sebagaimana dikutip dalam NU Online, "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 158: Shafa dan Marwah Dua Bukit Syiar Islam", diakses Juli 2026, https://www.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-158-shafa-dan-marwah-dua-bukit-syiar-islam-1FA8V.

[64]Ibnu Hisyam, Sirah Nabawiyah, terj. Fadhli Bahri, Jilid 1 (Jakarta: Darul Falah, 2000), 421-430.

[65]Ibnu Katsir, Tafsir Ibnu Katsir, Jilid 1, 316.

dagang dengan jalur-jalur perniagaan Quraisy yang melewati wilayah sekitar Madinah turut terganggu akibat konflik yang berkepanjangan, sehingga memperberat kondisi perekonomian kaum muslimin secara umum. Kekurangan harta yang disebut dalam ayat ini, menurut penjelasan Ibnu Katsir, mencakup berkurang atau lenyapnya sebagian harta benda akibat berbagai musabab, termasuk peperangan dan terputusnya jalur ekonomi[66].

c. Kehilangan Jiwa (*Naqsh min al-Anfus*): Gugurnya Para Sahabat

Frasa *naqsh min al-anfus* (kekurangan jiwa) dipahami banyak mufasir merujuk pada gugurnya sejumlah sahabat sebagai syuhada dalam berbagai peperangan pembelaan diri melawan Quraisy, khususnya Perang Uhud yang menelan banyak korban di kalangan kaum muslimin, termasuk paman Nabi, Hamzah bin Abdul Muthalib[67]. Kehilangan sanak keluarga dan sahabat karib akibat peperangan tersebut menjadi ujian batin yang berat bagi komunitas muslim yang masih muda usianya, sehingga anjuran bersabar dalam ayat ini menemukan relevansi historisnya yang sangat kuat pada masa tersebut.[68]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

d. Paceklik dan Berkurangnya Hasil Bumi (*Naqsh min al-Tsamarat*)

Unsur terakhir, yaitu berkurangnya buah-buahan atau hasil pertanian, dikaitkan para ulama dengan kondisi geografis Madinah yang sangat bergantung pada perkebunan kurma, sementara pada masa-masa peperangan, kebun-kebun kurma milik kaum muslimin di sekitar Madinah

[66]Ibnu Katsir, Tafsir Ibnu Katsir, Jilid 1, 316-317.
[67]Safiyurrahman al-Mubarakfuri, Sirah Nabawiyah, terj. Kathur Suhardi (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1997), 258-260.

tidak jarang menjadi sasaran perusakan oleh pihak musuh sebagai strategi melemahkan perekonomian lawan, di samping faktor musim yang tidak menentu[69]. Wahbah al-Zuhayli dalam Tafsir al-Munir menegaskan bahwa kelima unsur ujian yang disebutkan dalam ayat 155, yaitu ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan merupakan potret utuh dari beratnya cobaan yang dihadapi masyarakat Madinah pada masa-masa awal pembentukan negara Islam, sekaligus menjadi bekal spiritual agar mereka tidak berputus asa[70].

B. Penafsiran Surah Al-Baqarah Ayat 155-156 menurut Buya Hamka dalam kitab tafsir Al- Azhar

1. Penafsiran Buya Hamka atas QS. Al-Baqarah Ayat 155

Buya Hamka memahami kata "*wa lanabluwannakum*" (dan sungguh Kami akan menguji kamu) sebagai penegasan Allah bahwa ujian adalah suatu keniscayaan bagi setiap orang yang mengaku beriman, bukan sekadar kemungkinan. Ujian tersebut disebutkan dalam lima bentuk, yaitu rasa takut (*al-khawf*), kelaparan (*al-ju'*), berkurangnya harta (*naqs al-amwal*), berkurangnya jiwa (*al-anfus*), dan berkurangnya buah-buahan atau hasil bumi (*ats-tsamarat*).[71]

Hamka menegaskan bahwa kata "bisyai-in" yang berarti 'sedikit' atau 'sebagian kecil' menunjukkan bahwa ujian yang Allah timpakan sebenarnya tidak akan pernah melebihi kadar kesanggupan hamba-Nya. Penekanan pada

[69]Ibnu Katsir, Tafsir Ibnu Katsir, Jilid 1, 317-318.
[70]Wahbah al-Zuhayli, Tafsir al-Munir, Jilid 1, terj. Abdul Hayyie al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), 315-317.
[71]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

kata 'sedikit' ini, menurut Hamka, adalah bentuk kasih sayang Allah agar hamba tidak berputus asa menghadapi cobaan hidup.[72]

Lebih jauh, Hamka menjelaskan bahwa kelima bentuk ujian tersebut mencerminkan seluruh sisi kehidupan manusia: sisi psikologis (rasa takut), sisi kebutuhan pokok (kelaparan), sisi ekonomi (harta benda), sisi keselamatan jiwa (kematian, sakit, atau kehilangan orang tercinta), dan sisi mata pencaharian (hasil pertanian atau usaha). Dengan demikian, tidak ada satu pun ranah kehidupan manusia yang luput dari kemungkinan diuji oleh Allah.[73]

Yang menjadi penekanan khas Hamka dalam menafsirkan ayat ini adalah keyakinannya bahwa hidup tidak akan pernah berhenti dan membeku begitu saja pada satu titik kesulitan. Baginya, kesabaran adalah kunci yang memungkinkan seorang hamba melewati derita untuk sampai ke seberang cita-citanya, sebab tidak ada cita-cita besar yang dapat diraih tanpa pengorbanan.[74]

Penutup ayat 155, "*wa basysyiris-shabirin*" (dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar), dimaknai Hamka sebagai janji pahala besar dari Allah bagi hamba yang berhasil melalui ujian dengan penuh ketabahan. Kabar gembira ini, menurutnya, menjadi bukti bahwa ujian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[72]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155; bandingkan dengan Wahbah Al-Zuhayli, Tafsir Al-Munir, sebagaimana dikutip dalam Bersamadakwah, "Surat Al Baqarah Ayat 155-156", diakses Juli 2026, https://bersamadakwah.net/surat-al-baqarah-ayat-155-156/.

[73]Bandingkan penjelasan senada dalam NU Online, "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 155", diakses Juli 2026, https://nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-155-menghadapi-musibah-dengan-keimanan-dan-ketabahan-2uX0i.

[74]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155, sebagaimana dikutip dalam Bersamadakwah, "Surat Al Baqarah Ayat 155-156".

bukanlah bentuk kemurkaan Allah, melainkan sarana untuk mengangkat derajat keimanan seorang hamba.[75]

2. Penafsiran Buya Hamka atas QS. Al-Baqarah Ayat 156

Pada ayat 156, Hamka menguraikan ciri khas orang-orang sabar yang telah dijanjikan kabar gembira pada ayat sebelumnya, yaitu mereka yang ketika ditimpa musibah (musibah) segera mengucapkan kalimat istirja': "*Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un*", yang bermakna sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya kepada-Nya pula kami akan kembali.[76]

Hamka menekankan bahwa ucapan istirja' tersebut tidak boleh sekadar diucapkan di bibir, melainkan harus benar-benar dihayati maknanya. Kesadaran bahwa diri, harta, dan segala yang dimiliki manusia sesungguhnya adalah titipan atau amanah dari Allah akan menuntun seorang hamba untuk tidak larut dalam kesedihan berlebihan ketika kehilangan sesuatu, sebab pada hakikatnya semua itu memang bukan miliknya secara mutlak.[77]

Dalam uraian yang lebih reflektif, Hamka mengaitkan sikap sabar dengan penguatan ibadah shalat. Baginya, sabar dan shalat merupakan dua resep yang harus dijalankan secara bersamaan, sebab ketenangan hati yang diperoleh melalui shalat akan meneguhkan kesabaran, dan sebaliknya kesabaran akan membuat shalat menjadi lebih khusyuk dan bermakna.[78]

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[75]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155.

[76]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 156.

[77]Bandingkan penjelasan senada dalam Detik.com, "Makna Surat Al Baqarah Ayat 155-156 tentang Kesabaran", diakses Juli 2026, https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-8063484/makna-surat-al-baqarah-ayat-155-156-tentang-kesabaran.

[78]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 156-157; lihat pula Learn Quran Tafsir, "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 155", diakses Juli 2026, https://tafsir.learn-quran.co/id/surat-2-al-baqarah/ayat-155.

Hamka juga menegaskan bahwa dengan menempuh kesabaran dan keteguhan tersebut secara konsisten, seorang hamba akan merasakan proses penguatan iman secara berangsur-angsur, sehingga apa yang semula terasa sebagai penghalang atau kesulitan besar, lambat laun akan tersingkap dan jiwa kembali merasa tenang karena kuasa Allah senantiasa hadir di dalam hatinya.[79]

C. Analisis dalam QS. Al-Baqarah ayat 155-156 Menggunakan Teori Penanganan Keagamaan Pargament

1. Objek dan Kerangka Analisis

Pembahasan tafsir linguistik, munasabah, dan penafsiran Buya Hamka terhadap QS. Al-Baqarah 155-156 pada bagian sebelumnya telah menguraikan dimensi tekstual dan historis ayat secara mendalam. Ayat ini menyimpan dimensi psikologis yang kaya, terutama pada cara ia merinci lima bentuk ujian dan merumuskan respons ideal seorang mukmin melalui ucapan istirja'. Subbab ini menempatkan kedua ayat sebagai teks psikologis-spiritual yang dapat dibaca secara sistematis melalui kerangka *Religious Coping Theory* yang dirumuskan Kenneth I. Pargament.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Pargament mendefinisikan koping religius sebagai upaya memahami dan menghadapi tekanan hidup melalui hubungan dengan hal-hal yang dianggap suci[80]. Agama, dalam kerangka ini, menjalankan lima fungsi

[79]Hamka, Tafsir Al-Azhar, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 157.

[80]Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (New York: Guilford Press, 1997), 90.

psikologis: penciptaan makna, kendali, kenyamanan emosional, kedekatan sosial, dan transformasi hidup[81].

2. Identifikasi Lima Bentuk Koping Religius

a. Penciptaan Makna (*Meaning-Making*)

Fungsi penciptaan makna berkaitan dengan kemampuan individu menempatkan penderitaan dalam kerangka yang bermakna, sehingga penderitaan tersebut tidak dialami sebagai peristiwa acak tanpa arah[82]. Pargament menyebut proses ini sebagai *reappraisal*, yaitu penafsiran ulang terhadap situasi sulit melalui sistem makna keagamaan yang dimiliki individu[83].

Ayat 155 membangun mekanisme penciptaan makna ini sejak kalimat pembuka. Penggunaan lam qasam dan nun taukid tsaqilah pada "*wa lanabluwannakum*" menempatkan ujian sebagai kepastian yang melekat pada status keimanan, bukan kejadian kebetulan yang menimpa sebagian orang secara acak[84]. Wahbah al-Zuhayli menjelaskan bahwa penggabungan dua alat penegas ini merupakan salah satu uslub taukid tertinggi dalam bahasa Arab, yang mengukuhkan makna bahwa ujian adalah sunnatullah bagi setiap pengaku iman[85]. Kepastian ini sendiri berfungsi memberi makna: seorang mukmin yang menghadapi kesulitan ekonomi dapat memahami kesulitannya sebagai bagian dari pola yang

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[81]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 111–115.
[82]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 219–220.
[83]Kenneth I. Pargament, "The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness," *Psychological Inquiry* 13, no. 3 (2002): 168–181, di sini 170.
[84]Ali Al-Jarim dan Mustafa Amin, *An-Nahwu Al-Wadhih*, Jilid II, hlm. 233–236.
[85]Wahbah al-Zuhayli, *At-Tafsir Al-Munir*, Jilid I, hlm. 353.

telah ditetapkan Allah bagi seluruh umat beriman, bukan sebagai tanda kegagalan pribadi.

Proses pemaknaan ini diperhalus lebih lanjut melalui pemilihan kata "Shay'in" dalam bentuk nakirah sebelum "*al-Khawf*i" dan "al-ju'i". Ibnu 'Asyur menunjukkan bahwa penambahan kata jenis umum seperti "Shay'" pada isim jenis lain berfungsi sebagai at-taqlil, yakni menegaskan bahwa ujian yang menimpa hanya sebagian kecil dari rasa takut dan lapar, bukan totalitasnya[86]. Ia membandingkan hal ini dengan QS. An-Nahl 112 yang menggunakan kata "libas" (pakaian) untuk menggambarkan azab kelaparan dan ketakutan yang melekat menyeluruh pada kaum durhaka[87]. Perbandingan ini memperlihatkan pilihan diksi Al-Qur'an yang cermat: ujian bagi orang beriman digambarkan dengan kata yang meringankan, sedangkan azab bagi pendurhaka digambarkan dengan kata yang menyeluruh dan melekat. Dalam kerangka Pargament, pola linguistik semacam ini menjadi struktur tekstual bagi apa yang disebutnya benevolent religious reappraisal, yaitu pemaknaan ulang terhadap kesulitan sebagai sesuatu yang terbatas, terukur, dan berasal dari kasih sayang, bukan hukuman[88].

Hamka memperkuat pembacaan ini dengan menyebut kata "sedikit" pada ayat tersebut sebagai bentuk kasih sayang Allah agar hamba

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[86]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155.
[87]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155, dengan rujukan silang pada tafsir QS. An-Nahl [16]: 112.
[88]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 215.

tidak berputus asa menghadapi cobaan hidup[89]. Dengan demikian, keluarga Muslim yang menghadapi tekanan ekonomi dapat memaknai kesulitan mereka sebagai ujian yang telah diperhitungkan kadarnya oleh Allah, sehingga proses pemaknaan ini menjadi fondasi kognitif bagi ketahanan psikologis lebih lanjut.

b. Kendali (Control)

Fungsi kendali berkaitan dengan keyakinan bahwa situasi sulit tidak berlangsung secara acak dan tidak sepenuhnya berada di luar jangkauan makna. Pargament membedakan antara kendali manusia dan kendali ilahi, serta menegaskan bahwa penyerahan kepada kendali ilahi dalam koping religius merupakan strategi aktif yang memberi rasa aman psikologis, bukan bentuk kepasrahan tanpa usaha[90].

Dimensi ini tergambar paling jelas pada penutup ayat 156, "inna lillahi wa inna ilaihi raji'un". Secara nahwu, ungkapan ini merupakan jumlah ismiyyah taukidiyyah yang diawali huruf inna, dengan huruf lam pada "lillahi" berfungsi sebagai lam al-milk (kepemilikan)[91]. Struktur gramatikal ini menegaskan bahwa manusia beserta seluruh yang dimilikinya berada di bawah kepemilikan dan kekuasaan Allah. Pengakuan atas kepemilikan tersebut menempatkan kendali akhir atas segala peristiwa, termasuk keterbatasan harta yang disebutkan pada ayat sebelumnya, pada otoritas yang berada di luar diri manusia namun diyakini penuh hikmah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[89]Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155.
[90]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 181–182.
[91]Ibnu Katsir, *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim*, Jilid I, hlm. 315.

M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa kalimat istirja' mengandung dua kesadaran sekaligus, yaitu kesadaran tentang asal manusia dari Allah dan kesadaran tentang tujuan akhirnya kembali kepada Allah[92]. Ibnu 'Asyur menambahkan bahwa taukid berlapis melalui pengulangan huruf inna pada ayat ini muncul karena kondisi tertimpa musibah cenderung membuat seseorang lalai terhadap kesadaran tersebut, sehingga penegasan berulang berfungsi mengukuhkan kembali kesadaran tauhid di tengah goncangan yang dialami[93]. Dalam kerangka Pargament, pola ini selaras dengan collaborative religious coping, yaitu individu tetap menghadapi kesulitan secara aktif sambil menyerahkan kendali akhir atas hasil kepada Allah[94]. Kendali di sini tidak berarti pasif menerima keadaan tanpa ikhtiar, melainkan menempatkan ikhtiar manusia dalam bingkai keyakinan bahwa hasil akhir tetap berada dalam genggaman Allah.

c. Kenyamanan Emosional (Emotional Comfort)

Fungsi kenyamanan emosional berkaitan dengan kemampuan agama memberi rasa aman dan keyakinan bahwa individu tidak menghadapi penderitaan seorang diri[95]. Pargament menegaskan bahwa kebutuhan akan rasa aman merupakan kebutuhan psikologis paling mendasar manusia, dan agama memenuhinya melalui keyakinan akan penyertaan Tuhan[96].

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[92]M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. I (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 343.
[93]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 156.
[94]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 180–181.
[95]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 197.
[96]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 198.

Ayat 155 memberikan kenyamanan emosional melalui pengakuan eksplisit atas beratnya ujian yang dihadapi. Rincian lima bentuk ujian, yaitu *al-Khawf*, al-ju', naqsh al-amwal, naqsh al-anfus, dan naqsh ats-tsamarat, disusun menurut pola tadarruj dari yang bersifat batiniah menuju yang bersifat lahiriah[97]. Susunan bertahap ini menampilkan totalitas ujian sekaligus totalitas pengakuan Allah atas seluruh dimensi penderitaan yang mungkin dialami seorang mukmin, mencakup sisi psikis, jasmani, ekonomi, kehilangan orang tercinta, dan mata pencaharian.

Kabar gembira yang disandingkan langsung setelah rincian ujian, "wa basysyiris-shabirin", memperkuat fungsi kenyamanan ini. Penggunaan fi'il amr berpola taf'il yang mengandung makna mubalaghah menunjukkan bahwa perintah menyampaikan kabar gembira ini bersifat pasti dan ditekankan secara sungguh-sungguh[98]. Ibnu 'Asyur menjelaskan adanya "lathifah qur'aniyyah" dalam penyandaran ujian langsung kepada Allah, sementara kabar gembira disandarkan kepada Rasulullah melalui bentuk perintah, sehingga kedudukan Rasul sebagai perantara kabar baik dari Allah semakin dimuliakan di hadapan umatnya[99]. Allah dengan demikian tidak menghapus kesulitan yang dihadapi hamba-Nya, tetapi mengakuinya secara terbuka dan menjanjikan penghiburan berupa ganjaran bagi mereka yang menghadapinya dengan sabar.

Ucapan istirja' pada ayat 156 juga berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi ketika musibah benar-benar terjadi. Kesadaran bahwa diri

[97]Wahbah al-Zuhayli, *At-Tafsir Al-Munir*, Jilid I, hlm. 354.
[98]Antoine Dahdah, *Mu'jam Qawa'id al-Lughah al-'Arabiyyah*, hlm. 215–217.
[99]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

dan harta adalah milik Allah menempatkan kesedihan pada kadar yang wajar, sehingga kehilangan materiil dapat diterima tanpa berkembang menjadi keputusasaan yang merusak.

d. Kedekatan Sosial (Social Intimacy)

Fungsi kedekatan sosial berkaitan dengan peran komunitas keagamaan sebagai sumber dukungan dan solidaritas yang menopang individu dalam menghadapi krisis[100]. Pargament menegaskan bahwa dimensi sosial ini merupakan bagian integral dari koping religius, karena manusia membutuhkan rasa keterhubungan terutama pada masa sulit[101].

Ayat 155-156 secara konsisten berbicara dalam bentuk jamak: "lanabluwannakum" (kami akan menguji kalian), "ash-shabirin" (orang-orang yang sabar), dan "alladhina idha ashabathum mushibatun qalu" (orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka berkata)[102]. Pilihan bentuk jamak ini menempatkan ujian dan kesabaran sebagai pengalaman yang dijalani bersama oleh komunitas orang beriman, bukan pengalaman yang terisolasi pada individu tertentu. Konteks asbab al-nuzul memperkuat pembacaan ini: ancaman keamanan dari Quraisy, krisis ekonomi akibat terputusnya jalur perniagaan, gugurnya para sahabat dalam peperangan, dan paceklik hasil bumi merupakan tekanan yang dialami komunitas Madinah secara kolektif pascaperalihan kiblat[103].

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[100]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 228–229.
[101]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 230.
[102]Al-Ghulayaini, *Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah*, Jilid I, hlm. 174–176.
[103]Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, Jilid 1, hlm. 316–318.

Dalam kerangka Pargament, pola ini sejalan dengan congregational support, yaitu dukungan yang lahir dari kesadaran menanggung ujian bersama dalam satu komunitas iman[104]. Kesadaran bahwa seluruh umat beriman menghadapi jenis ujian yang serupa memberi individu rasa bahwa penderitaannya bukan pengalaman yang unik dan terasing, melainkan bagian dari pengalaman kolektif yang telah dijanjikan Allah kabar gembira baginya.

e. Transformasi Hidup (Life Transformation)

Fungsi transformasi hidup berkaitan dengan pertumbuhan pribadi yang muncul setelah individu melewati krisis dengan landasan iman. Pargament menjelaskan bahwa agama membantu seseorang bertahan dalam krisis sekaligus mendorong pertumbuhan yang melampaui kondisi sebelum krisis terjadi, konsep yang dalam psikologi kontemporer berkaitan erat dengan Post-Traumatic Growth[105].

Rangkaian ayat 155-157 menampilkan pola transformasi ini secara eksplisit. Ujian yang dirinci pada ayat 155 dan kesabaran yang digambarkan pada ayat 156 berujung pada balasan berlapis pada ayat 157, yaitu ampunan (maghfirah), rahmat, dan status sebagai golongan yang mendapat petunjuk[106]. Kata ganti "ulaika" pada awal ayat 157 merujuk langsung kepada orang-orang sabar yang disebutkan pada ayat 155 dan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

[104]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 231.

[105]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 258–259; Richard G. Tedeschi dan Lawrence G. Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence," *Psychological Inquiry* 15, no. 1 (2004): 1–18, di sini 4.

[106]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157," diakses Juli 2026, https://tafsirweb.com/628-surat-al-baqarah-ayat-157.html.

diperinci ciri-cirinya pada ayat 156, sehingga ketiga ayat ini membentuk satu kesatuan pesan tentang ujian yang berujung pada transformasi spiritual[107]. Sahabat Umar bin Khattab bahkan mengungkapkan kekaguman atas struktur balasan ini, menyebutnya sebagai dua balasan pokok yang disertai satu anugerah tambahan berupa petunjuk[108].

Hamka menegaskan bahwa kesabaran adalah kunci yang memungkinkan seorang hamba melewati derita untuk sampai ke seberang cita-citanya, karena tidak ada cita-cita besar yang dapat diraih tanpa pengorbanan[109]. Ia juga menghubungkan sabar dengan penguatan ibadah shalat sebagai dua resep yang dijalankan bersama, di mana ketenangan hati dari shalat meneguhkan kesabaran, dan kesabaran membuat shalat menjadi lebih khusyuk[110]. Ucapan istirja' yang diucapkan secara konsisten, dengan demikian, bukan sekadar formalitas verbal, melainkan bagian dari proses penguatan iman yang berangsur, sehingga apa yang semula terasa sebagai kehilangan besar berubah menjadi jalan menuju ketenangan jiwa yang lebih mendalam.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

D. Implementasi Konsep sebagai Solusi Islami bagi Kesehatan Mental Keluarga

Berdasarkan analisis tahlili dan psikologis terhadap QS. Al-Baqarah 155-156 pada subbab sebelumnya, terdapat lima prinsip fundamental yang dapat diaktualisasikan sebagai solusi berbasis nilai Islami. Prinsip-prinsip ini

[107]Tafsir Alquran ID, "Tafsir Al-Baqarah Ayat ke-157," diakses Juli 2026, https://tafsir.niadi.net/2022/07/tafsir-al-baqarah-ayat-ke-157.html.
[108]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157."
[109]Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155.
[110]Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 156–157.

dirumuskan dari korespondensi langsung antara unsur linguistik-balaghah ayat dengan lima fungsi koping religius Pargament, dan berfungsi memelihara serta memulihkan kesehatan mental keluarga yang menghadapi tekanan sosio-ekonomi.

1. Peringanan Ujian dan Validasi Emosional (Taqlil al-Bala')

Prinsip pertama berpijak pada mekanisme penciptaan makna yang diuraikan sebelumnya, yaitu pemilihan kata "Shay'in" yang secara balaghah menunjukkan makna taqlil (peringanan), bukan ta'zhim (pengagungan)[111]. Ibnu 'Asyur menegaskan bahwa penambahan kata jenis umum ini pada dasarnya tidak dibutuhkan secara gramatikal untuk memahami kalimat, sehingga satu-satunya fungsi yang tersisa adalah menunjukkan bahwa ujian yang menimpa hanyalah sebagian kecil, bukan keseluruhan, dari rasa takut dan kelaparan[112]. Al-Zuhayli menambahkan bahwa kelima unsur ujian yang disebutkan ayat 155 merupakan potret utuh beratnya cobaan, namun tetap disertai bekal spiritual agar umat tidak berputus asa[113].

Pada tataran praktis, prinsip ini diterapkan melalui reframing kognitif dalam keluarga bahwa kesulitan ekonomi yang dialami bukan beban tanpa batas, melainkan ujian yang telah terukur kadarnya oleh Allah. Orang tua perlu membangun kesadaran bersama, sebagaimana ditegaskan Hamka, bahwa penekanan pada kata "sedikit" adalah bentuk kasih sayang Allah agar hamba tidak putus asa[114], sehingga kesedihan akibat keterbatasan harta dapat

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[111]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155.

[112]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155, mengutip Abdul Qahir Al-Jurjani, *Dala'il Al-I'jaz*.

[113]Wahbah al-Zuhayli, *Tafsir al-Munir*, Jilid 1, terj. Abdul Hayyie al-Kattani (Jakarta: Gema Insani, 2013), hlm. 315–317.

[114]Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 155.

dipahami sebagai respons yang wajar dan diakui Al-Qur'an, bukan aib yang harus ditutupi atau sumber rasa bersalah berlebihan. Dalam praktik konseling keluarga, prinsip ini dapat diterapkan melalui teknik kognitif yang menempatkan ulang persepsi keluarga atas krisis ekonomi sebagai kondisi terbatas dan sementara, sejalan dengan apa yang oleh Pargament disebut benevolent religious reappraisal[115].

2. Regulasi Emosi melalui Kalimat Istirja'

Prinsip kedua bertumpu pada fungsi kendali yang terkandung dalam ucapan "inna lillahi wa inna ilaihi raji'un". Ibnu Katsir menjelaskan bahwa huruf lam pada "lillahi" berfungsi sebagai lam al-milk yang menegaskan status kepemilikan mutlak Allah atas manusia dan segala miliknya[116]. M. Quraish Shihab menambahkan bahwa kalimat ini mengandung kesadaran ganda tentang asal dan tujuan akhir manusia, yang menjadi sumber ketenangan bagi orang yang tertimpa musibah[117].

Keluarga dapat membudayakan pengucapan dan penghayatan kalimat istirja' ini bukan sebagai formalitas verbal semata, melainkan sebagai sarana kognitif untuk menempatkan harta dan kondisi ekonomi sebagai amanah sementara dari Allah. Ibnu 'Asyur menegaskan bahwa ucapan istirja' harus sesuai dengan keyakinan batin (muthabaqah lil-i'tiqad), karena ucapan yang diutarakan tanpa penghayatan hanya akan menyerupai suara tanpa makna[118]. Dengan penghayatan yang tepat, kehilangan finansial dalam keluarga tidak

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[115]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 215.
[116]Ibnu Katsir, *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim*, Jilid I, hlm. 315.
[117]M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. I, hlm. 343.
[118]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 156.

memicu kesedihan berlebihan atau konflik internal, karena seluruh anggota keluarga memahami bahwa harta yang hilang pada dasarnya bukan milik mutlak mereka sejak semula. Pola ini sejalan dengan collaborative religious coping yang dikemukakan Pargament, yaitu individu tetap berikhtiar menghadapi persoalan ekonomi secara aktif sambil menyerahkan kendali atas hasil akhirnya kepada Allah[119].

3. Optimisme melalui Kabar Gembira (Basyarah)

Prinsip ketiga mengacu pada penutup ayat 155, "wa basysyiris-shabirin", yang menjanjikan kabar gembira bagi orang sabar melalui fi'il amr berpola mubalaghah[120]. Ibnu 'Asyur menjelaskan adanya "lathifah qur'aniyyah" pada penyandaran ujian kepada Allah secara langsung, sementara kabar gembira disandarkan kepada Rasulullah, sehingga kedudukan Rasul sebagai perantara kabar baik semakin dimuliakan di hadapan umatnya[121].

Penerapannya dalam keluarga berupa penguatan harapan (hope-based coping) bahwa kesulitan ekonomi yang sedang dihadapi bersifat sementara dan berpotensi membuka jalan menuju kondisi yang lebih baik. Prinsip ini juga tercermin dalam janji balasan berlapis pada ayat 157 berupa ampunan, rahmat, dan petunjuk bagi orang-orang sabar[122], sebagaimana dikagumi Umar bin Khattab sebagai dua balasan pokok disertai satu anugerah tambahan[123].

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[119]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 180–181.
[120]Antoine Dahdah, *Mu'jam Qawa'id al-Lughah al-'Arabiyyah*, hlm. 215–217.
[121]Ibnu 'Asyur, *At-Tahrir wa At-Tanwir*, juz 2, tafsir QS. Al-Baqarah [2]: 155.
[122]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157," diakses Juli 2026, https://tafsirweb.com/628-surat-al-baqarah-ayat-157.html.
[123]Tafsirweb, "Surat Al-Baqarah Ayat 157."

Keluarga dapat menanamkan optimisme ini kepada anak-anak melalui narasi bahwa kesabaran menghadapi kesulitan bukan sekadar menahan diri, melainkan bagian dari proses yang dijanjikan Allah akan berbuah kebaikan, sepanjang dihadapi dengan kesabaran yang konsisten, bukan dengan sikap pasrah tanpa ikhtiar.

4. Proporsionalitas Beban dan Kesabaran Aktif (Ash-Shabr)

Prinsip keempat menekankan bahwa kesabaran yang dituntut ayat ini bukan kepasifan, melainkan sikap tsubut (tetap dan melekat), sebagaimana tercermin dari bentuk isim fa'il "ash-shabirin" yang menunjukkan sifat permanen, berbeda dari fi'il yang hanya menunjukkan kejadian sesaat[124]. M. Quraish Shihab menegaskan bahwa sifat sabar dalam ayat ini bukan sekadar tindakan sesaat, melainkan karakter yang tertanam kuat dan berkesinambungan dalam diri seorang mukmin[125].

Dalam keluarga, prinsip ini diwujudkan melalui distribusi peran yang proporsional dengan kapasitas psikofisik masing-masing anggota, mengingat kesabaran yang berkelanjutan membutuhkan pemetaan beban yang realistis, bukan ekspektasi ideal yang justru berpotensi menimbulkan kelelahan psikologis. Hamka menghubungkan kesabaran dengan penguatan ibadah shalat sebagai dua resep yang dijalankan bersamaan, di mana ketenangan hati dari shalat meneguhkan kesabaran, dan kesabaran membuat shalat lebih khusyuk[126]. Pembiasaan ibadah harian dengan demikian dapat difungsikan

[124]Al-Ghulayaini, *Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah*, Jilid I, hlm. 174–176.
[125]M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. I, hlm. 341.
[126]Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid I, pada pembahasan QS. Al-Baqarah [2]: 156–157.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

sebagai jangkar psikologis keluarga dalam menghadapi tekanan yang berkepanjangan, bukan sekadar respons reaktif terhadap krisis sesaat.

5. Kesadaran Kolektif dalam Menghadapi Ujian (Ukhuwwah)

Prinsip kelima bersandar pada bentuk jamak yang mendominasi kedua ayat, "lanabluwannakum", "ash-shabirin", dan "alladhina idha ashabathum mushibatun qalu", yang menunjukkan bahwa ujian dan kesabaran dipahami sebagai pengalaman komunitas iman secara keseluruhan[127]. Konteks asbab al-nuzul turut memperkuat pembacaan ini, karena ancaman keamanan, krisis ekonomi, kehilangan sahabat, dan paceklik yang disebutkan dalam ayat merupakan tekanan yang dialami komunitas Madinah secara kolektif pascaperalihan kiblat[128].

Keluarga dapat memobilisasi dukungan sosial berbasis masjid atau komunitas keagamaan sebagai sarana menanggung beban ekonomi bersama, sejalan dengan fungsi congregational support yang dikemukakan Pargament[129]. Partisipasi dalam kebajikan komunal melalui sedekah dan ta'awun turut berperan meringankan beban finansial sekaligus meneguhkan rasa keterikatan sosial, sehingga tekanan ekonomi tidak ditanggung dalam isolasi, melainkan dalam kesadaran bahwa seluruh orang beriman berpotensi menghadapi jenis ujian yang serupa dan telah dijanjikan kabar gembira yang sama oleh Allah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

[127]Al-Ghulayaini, *Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah*, Jilid I, hlm. 174–176.
[128]Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, Jilid 1, hlm. 316–318.
[129]Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 231.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis terhadap Surah Al-Baqarah ayat 155-156 yang telah dilakukan melalui metode tafsir tahlili dan pendekatan Teori Penanganan Keagamaan Pargament, penelitian ini menghasilkan tiga kesimpulan pokok yang menjawab fokus penelitian sebagai berikut.

1. Pertama, penafsiran Buya Hamka dalam kitab Tafsir Al-Azhar terhadap Surah Al-Baqarah ayat 155-156 menempatkan kedua ayat ini sebagai penegasan bahwa ujian merupakan keniscayaan bagi setiap orang yang mengaku beriman, sekaligus sebagai pengakuan bahwa kesedihan yang timbul akibat ujian tersebut adalah respons yang sah dan manusiawi. Hamka menafsirkan kata "bisyai-in" sebagai bentuk kasih sayang Allah yang menjamin bahwa ujian tidak akan pernah melebihi kesanggupan hamba-Nya. Analisis linguistik memperkuat pembacaan ini. Dengan demikian, penafsiran linguistik dan kontekstual atas kedua ayat ini secara konsisten memvalidasi kesedihan ekonomi sebagai pengalaman spiritual yang diakui, bukan tanda kelemahan iman yang perlu disembunyikan.
2. Kedua, terdapat lima bentuk koping religius yang tercermin dalam Surah Al-Baqarah ayat 155-156 ketika menghadapi kesulitan ekonomi, apabila dianalisis menggunakan kerangka Teori Penanganan Keagamaan Pargament. Fungsi penciptaan makna tergambar melalui pemilihan kata "*syay'in*" yang membingkai ujian sebagai kadar yang terukur, sebuah mekanisme yang

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

disebut Pargament sebagai *benevolent religious reappraisal*. Fungsi kendali tercermin dari ucapan *istirja'* yang menempatkan kendali akhir atas segala peristiwa pada kepemilikan Allah, sejalan dengan pola *collaborative religious coping*. Fungsi kenyamanan emosional terwujud dari pengakuan eksplisit ayat 155 atas beratnya lima bentuk ujian, yang disandingkan langsung dengan kabar gembira bagi orang-orang sabar. Fungsi kedekatan sosial tercermin dari bentuk jamak yang mendominasi kedua ayat, yang menempatkan ujian dan kesabaran sebagai pengalaman komunitas iman secara kolektif. Fungsi transformasi hidup tergambar dari rangkaian ayat 155 hingga 157, yang menunjukkan bahwa ujian dan kesabaran berujung pada balasan berlapis berupa ampunan, rahmat, dan petunjuk.

3. Ketiga, pesan Surah Al-Baqarah ayat 155-156 dapat diimplementasikan sebagai solusi Islami untuk menjaga kesehatan mental keluarga yang menghadapi tekanan ekonomi melalui lima prinsip yang saling menguatkan. Prinsip *taqlil al-bala'* mendorong validasi emosional melalui kesadaran bahwa ujian yang dihadapi telah terukur kadarnya oleh Allah. Prinsip regulasi emosi melalui kalimat *istirja'* mengarahkan keluarga untuk menempatkan harta dan kondisi ekonomi sebagai amanah sementara. Prinsip optimisme melalui kabar gembira menumbuhkan harapan bahwa kesulitan yang dihadapi bersifat sementara. Prinsip proporsionalitas beban dan kesabaran aktif mendorong distribusi peran domestik yang sesuai kapasitas psikofisik tiap anggota keluarga. Prinsip kesadaran kolektif mengajak keluarga memobilisasi jaringan

dukungan sosial berbasis komunitas keagamaan, sehingga tekanan ekonomi dihadapi bersama, bukan ditanggung dalam isolasi.

B. Saran

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam dua ranah sekaligus. Secara teoritis, penelitian ini memperkaya khazanah kajian integrasi ilmu tafsir dan psikologi agama dengan menunjukkan bahwa Surah Al-Baqarah ayat 155-156 menyimpan dimensi psikologis yang dapat dianalisis secara sistematis menggunakan kerangka teori ilmu sosial modern tanpa mengurangi otoritas dan kesucian teksnya. Pendekatan ini diharapkan dapat mendorong penelitian-penelitian serupa yang menjembatani ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dengan disiplin ilmu kontemporer lainnya, seperti sosiologi, ilmu kesejahteraan sosial, dan konseling keluarga. Secara praktis, kerangka lima prinsip yang dirumuskan dalam penelitian ini dapat menjadi referensi bagi konselor dan psikolog Muslim dalam menyusun modul intervensi berbasis nilai-nilai Al-Qur'an, serta dapat dimanfaatkan oleh lembaga-lembaga sosial berbasis masjid dan pesantren sebagai panduan pemberdayaan komunitas yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan psikologis secara bersamaan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Penelitian ini juga memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu menjadi perhatian penelitian selanjutnya. Sebagai penelitian kepustakaan, seluruh data bersifat tekstual dan belum disertai pengujian empiris di lapangan, sehingga kerangka implementasi yang dirumuskan perlu divalidasi melalui studi klinis atau observasi terhadap keluarga yang sesungguhnya menghadapi tekanan ekonomi. Analisis ini juga berfokus pada dua ayat saja, yaitu Al-Baqarah 155-156, sehingga

penelitian mendatang dapat mengembangkannya menjadi studi tematik (mawḍūʿī) yang menelusuri ayat-ayat lain dengan tema serupa, seperti QS. At-Taubah ayat 92 atau QS. Al-Baqarah ayat 286. Selain itu, Teori Penanganan Keagamaan Pargament yang digunakan sebagai pisau analisis lahir dari konteks psikologi Barat dan populasi Kristen Amerika, sehingga relevansi konseptualnya dalam worldview Islam perlu terus dikritisi.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman. "Metode Penelitian Kepustakaan dalam Pendidikan Islam." *Adabuna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran* 3, no. 2 (2024): 102–113.

Abu-Raiya, Hisham, et al. "The Relationship Between Positive Religious Coping, Life Satisfaction, and Symptoms of Depression Among a Multinational Muslim Sample." *International Journal of Psychology* 54, no. 3 (2019). https://doi.org/10.1002/ijop.12521.

Adam, Zarina, and Colleen Ward. "Stress, Religious Coping and Wellbeing in Acculturating Muslims." *Journal of Muslim Mental Health* 10, no. 2 (2016). https://quod.lib.umich.edu/j/jmmh/10381607.0010.201.

Al-Farmawi, Abdul Hayy. *Al-Bidayah fi al-Tafsir al-Maudu'i*. Kairo: Al-Hadarah al-'Arabiyyah, 1977.

Al-Ghulayaini, Mustafa. *Jami' ad-Durus al-'Arabiyyah*.

Al-Jarim, Ali, dan Mustafa Amin. *An-Nahwu Al-Wadhih*.

Al-Maraghi, Ahmad Mustafa. *Tafsir Al-Maraghi*.

Al-Mubarakfuri, Safiyurrahman. *Sirah Nabawiyah*. Diterjemahkan oleh Kathur Suhardi. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1997.

Al-Qurtubi. *Al-Jami' li Ahkam Al-Qur'an*.

Al-Zamakhshari, Abu al-Qasim Mahmud ibn 'Amr. *Al-Kashshaf 'an Haqa'iq Ghawamid al-Tanzil*. Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, 1407 H.

Al-Zuhayli, Wahbah. *At-Tafsir Al-Munir*.

Al-Zuhayli, Wahbah. *Tafsir al-Munir*. Diterjemahkan oleh Abdul Hayyie al-Kattani. Jakarta: Gema Insani, 2013.

Alislamu. "Tafsir Al-Baqarah Ayat 153-154." Diakses Juli 2026. https://www.alislamu.com/10141/tafsir-al-baqarah-ayat-153-154/.

Bersamadakwah. "Surat Al Baqarah Ayat 155-156." Diakses Juli 2026. https://bersamadakwah.net/surat-al-baqarah-ayat-155-156/.

Dahdah, Antoine. *Mu'jam Qawa'id al-Lughah al-'Arabiyyah*.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER

Detik.com. "Makna Surat Al Baqarah Ayat 155-156 tentang Kesabaran." Diakses Juli 2026. https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-8063484/makna-surat-al-baqarah-ayat-155-156-tentang-kesabaran.

Fauzan, F., I. Mustofa, dan M. Masruchin. "Metode Tafsir Maudu'i (Tematik): Kajian Ayat Ekologi." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 13, no. 2 (2020): 195–228.

Fuad, Ikhwan. "Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits." *Jurnal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (2016): 31–50. https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.245.

Guan, N., A. Guariglia, P. Moore, F. Xu, dan H. Al-Janabi. "Financial Stress and Depression in Adults: A Systematic Review." *PLOS ONE* 17, no. 2 (2022).

Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid I.

Humaidah, Ananda, Nadine Widya Amalia, dan Mahmudin. "Peran Religious Coping terhadap Kesehatan Mental: Systematic Literature Review." *Nathiqiyyah* 7, no. 2 (2024): 110–117. https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v7i2.1160.

Ibnu Hisyam. *Sirah Nabawiyah*. Diterjemahkan oleh Fadhli Bahri. Jilid 1. Jakarta: Darul Falah, 2000.

Ibnu Katsir. *Tafsir Al-Qur'anil Azhim*. Riyadh: Dar Thayyibah lin Nasyri wa Tauzi', 1999.

Ibnu Manzhur. *Lisan Al-'Arab*.

Ibnu 'Asyur. *At-Tahrir wa At-Tanwir*.

Kementerian Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*.

Kim, Jinhyun. "The Relationship Between Financial Worries and Psychological Distress Among U.S. Adults." *Journal of Family and Economic Issues* 43 (2022): 781–789. https://doi.org/10.1007/s10834-022-09820-9.

Kongaji. "Tafsir Suroh Al-Baqarah Ayat 158." Diakses Juli 2026. https://kongaji.tripod.com/myfile/al-baqoroh_ayat_158.htm.

Learn Quran Tafsir. "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 155." Diakses Juli 2026. https://tafsir.learn-quran.co/id/surat-2-al-baqarah/ayat-155.

Ma'luf, Louis. *Al-Munjid fi Al-Lughah wa Al-A'lam*. Beirut: Dar Al-Masyriq, 2008.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

McCubbin, H. I., and J. M. Patterson. "The Family Stress Process." *Marriage and Family Review* 6, no. 1–2 (1983): 7–37.

Morgan, Derek Daniel, et al. "Predicting Parental Mental Health During COVID-19: Economic Pressure, COVID-19 Stress, and Coping Strategies." *Frontiers in Psychology* 13 (2022): 909978. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909978.

Muawanah, Siti, dan Bashori. "Tafsir Al-Qur'an tentang Kesehatan Mental: Studi Tematik terhadap Ayat-Ayat Ketahanan Diri." *Millatuna: Jurnal Studi Islam* 3, no. 1 (2025). https://doi.org/10.33752/mjsi.v3i01.9359.

Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*.

Nasution, dkk. "Stres Ekonomi dan Kesehatan Mental Kalangan Pekerja." *Jurnal Psikologi Poseidon* 8, no. 1 (2024). https://doi.org/10.30649/jpp.v8i1.153.

NU Online. "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 155: Menghadapi Musibah dengan Keimanan dan Ketabahan." Diakses Juli 2026. https://nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-155-menghadapi-musibah-dengan-keimanan-dan-ketabahan-2uX0i.

NU Online. "Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 158: Shafa dan Marwah Dua Bukit Syiar Islam." Diakses Juli 2026. https://www.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-158-shafa-dan-marwah-dua-bukit-syiar-islam-1FA8V.

Pargament, Kenneth I. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press, 1997.

Pargament, Kenneth I. "The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness." *Psychological Inquiry* 13, no. 3 (2002): 168–181.

Pargament, Kenneth I., Harold G. Koenig, dan Lisa M. Perez. "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE." *Journal of Clinical Psychology* 56, no. 4 (2000): 519–543.

Prahastuti, Nurul Fajriyah. "Peran Koping Religius dan Literasi Kesehatan Mental terhadap Status Kesehatan Mental pada Individu Remaja & Dewasa Awal di Indonesia." *Psikobuletin*. https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/26577.

Pușcaș, Ligia, et al. "Kelelahan Orang Tua: Kondisi Progresif yang Berpotensi Mengganggu Kesejahteraan Keluarga: Tinjauan Naratif." *Healthcare* 13, no. 13 (2025): 1603. https://doi.org/10.3390/healthcare13131603.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Racine, Nicole, et al. "Dampak Krisis Ekonomi terhadap Kesehatan Mental Anak-anak dan Remaja: Tinjauan Sistematis." *Journal of Affective Disorders* (2025). https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.07.004.

Rumahfiqih.com. "Al-Baqarah 2:154." Diakses Juli 2026. https://www.rumahfiqih.com/quran/2/154.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. I. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Springer Nature. "Mengintegrasikan Teologi Islam dan Psikologi: Tinjauan Naratif Sistematis tentang Penanganan Keagamaan." *Pastoral Psychology* (2026). https://doi.org/10.1007/s11089-025-01298-0.

Tafsir Alquran ID. "Tafsir Al-Baqarah Ayat ke-157." Diakses Juli 2026. https://tafsir.niadi.net/2022/07/tafsir-al-baqarah-ayat-ke-157.html.

Tafsirweb. "Surat Al-Baqarah Ayat 153." Diakses Juli 2026. https://tafsirweb.com/620-surat-al-baqarah-ayat-153.html.

Tafsirweb. "Surat Al-Baqarah Ayat 154." Diakses Juli 2026. https://tafsirweb.com/622-surat-al-baqarah-ayat-154.html.

Tafsirweb. "Surat Al-Baqarah Ayat 157." Diakses Juli 2026. https://tafsirweb.com/628-surat-al-baqarah-ayat-157.html.

Tedeschi, Richard G., dan Lawrence G. Calhoun. "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence." *Psychological Inquiry* 15, no. 1 (2004): 1–18..

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Tri Ageng Malika
NIM	: 212104010057
Prodi/Jurusan	: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas	: Ushuluddin Adab dan Humaniora
Universitas	: Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Jember, 24 Juni 2026

Saya yang menyatakan



Tri Ageng Malika

NIM.212104010057

BIODATA PENULIS



Nama Lengkap	: Tri Ageng Malika
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir	: Jember, 21Maret 2002
Alamat	: Dusun Krajan, RT 001/RW 006 Desa Cangkring, Kecamatan Jenggawah, Kabupaten Jember
Email	: triagengmalika@gmail.com
Prodi	: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas	: Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Institusi	: Universitas Islam Negeri Kai Haji Achmad Siddiq Jember
NIM	: 212104010057

Riwayat Pendidikan Formal

1. SDN WONOJATI 01
2. SMP BAITUL HIKMAH
3. SMK BAITUL HIKMAH
4. Universitas Islam Negeri Kai Haji Achmad Siddiq Jember

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R